

# OBSAH

	<b>ÚVOD</b>	
<b>1</b>	<b>PORUCHY SPRÁVANIA</b> .....	5
1.1	Vymedzenie pojmu a klasifikácia porúch správania .....	5
1.1.1	Najčastejšie poruchy správania .....	7
1.2	Príčiny porúch správania .....	11
1.2.1	Psychicky podmienené poruchy správania .....	12
1.2.2	Sociálne podmienené poruchy správania .....	13
1.2.3	Národný program výchovy a vzdelávania v SR .....	26
<b>2</b>	<b>ŠIKANOVANIE</b> .....	32
2.1	Vymedzenie pojmu a klasifikácia druhov šikanovania .....	32
2.1.1	Teória agresie, štádia šikanovania .....	34
2.2	Príčiny šikanovania .....	36
2.2.1	Aktéri šikanovania .....	37
2.2.2	Obete šikanovania .....	44
<b>3</b>	<b>ODPORÚČANIA PRE PRAX</b> .....	46
3.1	Odporúčania pre učiteľskú a rodičovskú verejnosť .....	46
	<b>ZÁVER</b> .....	58
	<b>ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV</b> .....	59
	<b>PRÍLOHY</b>	

# Človek človeku človekom

***projekt realizovaný s finančnou podporou MŠ SR***

autor: PaedDr.Dana Kapitánová

grafické spracovanie: Ing. Mária Slaviková  
Ing. Michal Žabka

rok vydania: 2008

Metodický materiál pre učiteľov a rodičov stredných škôl

## ÚVOD

*„Ako je rieka sfarbená pôdou, ktorou preteká, tak sú aj mladí ľudia poznačení spoločnosťou, v ktorej sa pohybujú.“*

(Ellen G. Whiteová)

Slávny psychológ C. G. Jung kedysi povedal, že pre porozumenie jednotlivca je najdôležitejšie vedieť, aké všeobecné psychologické, mravné a duchovné otázky hýbu našou dobou. Niečo podobné platí aj pri probléme šikanovania. V ňom sa – ako v tej príslovečnej kvapky vody – zrkadlia najväčšie bolesti obdobia, v ktorom žijeme. Zrkadlia sa v nezvyčajnom uhle a v súvislostiach, ktoré nás neraz prekvapia a pred ktorými nesmieme zatvárať oči. Šikanovanie existuje medzi nami, vyskytuje sa už medzi deťmi v predškolskom veku a veľmi veľké rozmery nadobúda u žiakov základných a stredných škôl. Treba preto urobiť všetko, aby sloboda v našej spoločnosti nebola slobodou pre „dravcov“, ale aby zvíťazila sloboda pre slušných ľudí.

Šikanovanie nestačí iba odsudzovať, nestačí ho ani potláčať, predovšetkým mu treba rozumieť. Neexistuje totiž nijaký jednotný, univerzálny, vždy použiteľný recept, čo s ním, ako naň. Každý prípad šikanovania je iný a vyžaduje iný prístup a postup.

Cieľom metodickéj príručky je poskytnúť pedagógom, výchovným poradcom i rodičom informácie o tejto závažnej poruche správania, praktické rady pri riešení jednotlivých foriem šikanovania a súčasne upozorniť na nedostatky a mnohokrát bezmocnosť pri ich riešení.

Agresivita totižto neustále stúpa. Deti sa s ňou stretávajú od útleho detstva, klasické rozprávky, v ktorých víťazí dobro nad zlom sú nahrádzané násilím, silou, agresiou, počítačové detské hry sú mnohokrát

založené na princípe, že zvíťazí ten silnejší, agresívnejší. Rodičovská, najmä emocionálna výchova, sa stráca pre nedostatok času rodičov na svoje deti, stres, napätie, strach o zamestnanie a rýchle životné tempo. Agresivita vyplýva aj z disciplíny, ktorá nastala najmä po radikálnej politickej zmene v našej spoločnosti. Nevďačnú úlohu má aj učiteľ, ktorého postavenie v súčasnosti stratilo na svojej vážnosti. Nemôžeme však tvrdiť, že poruchy v správaní našich detí sa začali objavovať až po roku 1989. Boli, len sa o nich nechcelo hovoriť, považovali sa za „tabu“. My však o nich hovoriť musíme, chceme, pretože každý z nás má svoju zodpovednosť pri záchrane základných ľudských princípov, ktoré robia človeka človekom.

V tomto smere môže byť pre školy veľkou pomocou Metodické usmernenie č. 7/2006-R z 28. marca 2006 k prevencii a riešeniu šikanovania žiakov v školách a školských zariadeniach, ktoré nadobudlo účinnosť 1. apríla 2006 a vydalo ho MŠ SR. Základným preventívnym opatrením školy je podľa tohto materiálu osvojenie si základného princípu: *„Sme škola, kde sa šikanovanie netoleruje v žiadnych podobách!“*

# 1 PORUCHY SPRÁVANIA

## 1.1 Vymedzenie pojmu a klasifikácia porúch správania

Šikanovanie patrí medzi poruchové správanie detí a mládeže. Preto sme sa rozhodli poruchové správanie viac priblížiť, oboznámiť s ním a jeho podstatou pedagógov i rodičov.

V našej spoločnosti existuje viacero vedných disciplín, ktoré sa rozhodli proti týmto poruchám bojovať.

Medicína považuje tento pojem na označenie nápadností a abnormalít v správaní a prejavoch dieťaťa.

Pedagogika hovorí o poruchách správania vtedy, keď dieťa nápadnejšie prestupuje a narúša školskú disciplínu.

V súdnej terminológii nachádzame výrazy, ktorými sa bližšie určujú už následky porúch správania. Takým je napríklad delikventné správanie detí a mládeže.

V súčasnej medzinárodnej klasifikácii chorôb sú poruchy správania u detí definované ako opakujúci sa a trvalý (trvajúci najmenej po dobu šiestich mesiacov) vzorec disociálneho, agresívneho a vzdorovitého správania, ktoré porušuje sociálne normy a očakávania primerané veku dieťaťa. Ide o krádeže, bitky, krutosť voči ľuďom i zvieratám, opakované lži, záškoláctvo, úteky z domova, šikanovanie....

Poruchy správania sú v MNK – 10 delené na :

- socializované – v tomto prípade má dieťa primerané väzby v rodine i mimo nej
- nesocializované – akékoľvek hlbšie vzťahy k rodine, ale predovšetkým k vrstovníkom absentujú

Pridáva sa tu ešte v niektorých prípadoch aj kritérium agresivity – vtedy sa pričleňuje členenie na :

- agresívne poruchy správania
- neagresívne poruchy správania

Dôležitým je aj ďalšie kritérium, ktorým je väzba dieťaťa na prostredie, v ktorom sa prejavuje ako dieťa s poruchami správania. Môže sa realizovať:

- v rodinnom prostredí
- v školskom prostredí
- v oboch

U detí a mladistvých je však podstatné, že osobnosť ako celok a jej jednotlivé funkcie ešte nie sú rozvinuté, ale sa len formujú, štrukturujú a systemizujú.

Stotožňujeme sa s názorom Lesného a Špitza (1989), ktorí hovoria o poruchách správania vtedy, ak nastáva zmena takých rozmerov, že je správanie výrazne odlišné od správania primeraného a očakávaného. Za poruchy správania označujú také prejavy dieťaťa, ktoré sa vyskytujú opakovane alebo trvale a sú výrazne odlišné od foriem správania obvyklých u detí rovnakého veku a za rovnakej situácie.

Lesný a Špitz (1989) rozlišujú tri typy porúch správania :

1. symptomatické poruchy správania - tieto patria k prejavom príslušnej psychickej poruchy ( napr. agresia motivovaná psychotonicou poruchou)
2. vývinové poruchy správania - tieto patria k jednotlivým vývinovým obdobiam ako ich súčasť ( napr. neposlušnosť dospelujúceho ).  
Zvládnutie práve týchto vývinových porúch je predpokladom ďalšieho zdravého vývinu osobnosti.
3. výchovne podmienené poruchy správania - ktoré vyplývajú z nevhodných výchovných postupov a nedostatku výchovného pôsobenia, najmä v rodine. Tieto výchovné problémy správania je možné do istej miery chápať ako reaktívne, alebo psychogénne

podmienené poruchy správania. Sú často dôsledkom fixácie vývinových porúch správania, ktoré neboli správne zvládnuté.

Dôležité preto je, aby sme nezatvárali oči pred nedostatkami či anomáliami v správaní svojich detí či žiakov, nepovedali si, že druhí sú aj horší, ale snažili sa už v rannom štádiu vývoja dieťaťa zbavovať nežiadúcich návykov v ich správaní. Zabránim tým neskorším omnoho väčším problémom, ako sú v detstve bitie kamarátov, vymáhanie si hračiek či sladkostí plačom, hádzaním sa po zemi. V neskoršom veku už ide o vážnejšie podoby poruchového správania. A práve tomu, ak máme radi svoje deti a žiakov, chceme zabrániť.

### **1. 1. 1 Najčastejšie poruchy správania**

#### 1. Negativizmus a vzdor

Objavuje sa počas vývinu najmä v predškolskom veku a dospievania. Zdrojom takého negatívneho javu je najmä výchova založená na častých zákazoch a príkazoch, alebo naopak, výchova založená na ľahostajnosti, nezaujme, či prílišnej benevolencii. Podľa Bartka (1990) „*obdobím vzdoru nemusí prejsť nevyhnutne každé dieťa. Vzdor vzniká obyčajne vtedy, ak vyvíjajúca sa vôľa nachádza nesprávny odvar vo výchovnej činnosti rodičov. Pojmom „obdobie vzdoru“ možno síce prilihavo charakterizovať individuálny vývin niektorých detí, ale nemožno ním charakterizovať všeobecnú zákonitosť psychického vývinu detí.*“

## 2. Nepravda a lož

Deti v ranom detstve nedokážu rozlíšiť úmyselné klamstvo od lži. Túto rozlišovaciu schopnosť nadobúdajú až na určitom stupni svojho intelektového vývoja. V školskom veku sú už deti schopné rozlíšiť pravdu od fantázie a výmyslov, sú zodpovedné za to, čo vyslovia a čo tvrdia. Školská mládež sa veľmi často uchýľuje ku klamstvám. Sú to klamstvá buď pre ich záchranu, alebo záchranu niekoho iného, kamaráta, spolužiaka.

*„Skutočná lož je vedomé skreslenie pravdivosti výroku s nejakým zámerom. Rozoznávame lož účelovú, v ktorej dieťa hľadá sebaobranu v konfliktnnej situácii a lož zameranú na získanie pozornosti a obdivu, prípadne nejakých výhod.“ (Bartko, 1990)*

## 3. Agresívne prejavy

Agresívne správanie môže byť vyjadrené rôznymi prostriedkami, môže mať rôznu intenzitu, ktorá závisí aj od veku dieťaťa. Prostriedky vyjadrenia agresie zahŕňajú agresívne predstavy alebo zámery, agresívne slovné prejavy, ako sú : nadávky, vyhrážky, fyzická agresia alebo agresívny akt. Ten môže byť zameraný proti predmetom alebo živým bytostiam, zvieratám či osobám. Agresia môže byť obrátená i voči vlastnej osobe ( autogresia, sebapoškodzovanie, sebazraňovanie) (Lesný, Špitz, 1989).

## 4. Riskantné správanie

Tu patrí v správaní detí vyhľadávanie nebezpečných situácií, dopravné priestupky, vyliezanie na vysoké objekty, experimentovanie s chemickými a výbušnými látkami, hra s ohňom.



Každé dieťa túži experimentovať a riskovať, ale podnetná výchova jeho túžbu po nebezpečenstve usmerňuje a upokojuje, snaží sa ho nasýtiť žiadúcim, avšak menej riskantným spôsobom (Lesný, Špitz, 1989).

### 5. Úteky z domova a túlanie

Za útek sa považuje nedovolené a nevhodné vzdialenie sa z výchovného prostredia na kratšiu alebo dlhšiu dobu.

Najčastejšou príčinou úteku býva strach z trestu (zlé vysvedčenie...), zo zlého zaobchádzania v rodine (snaha vyhnúť sa príchodu opitého otca, ktorý v tomto stave rieši „ výchovné problémy “....) alebo u väčších detí, najmä u žiakov 2. stupňa na ZŠ a SŠ túžba po dobrodružstve. Výnimočne sa vyskytujú v mrákotnom hysterickom alebo epileptickom stave. Vtedy je však spojený s amnéziou pamäti.

Z rôznych zdrojov sa dá vyvodzovať, že najmä mladí ľudia a deti uzavretej povahy, tzv. introverti, ťažko znášajú aj drobné denné nepríjemnosti a útek pre nich môže byť reakciou na zaužívané denné praktiky.

Túžba po slobode, zvedenie nevhodnou partiou kamarátov, túžba po dobrodružstve, fantazírovanie, útek zo strachu, sklamanie v láske, nešťastie, intenzívne problémy sú najčastejšími príčinami útekov detí a dospievajúcej mládeže.

*„Túlavosť je pokračovaním úteku. Motivácia však nebýva vždy rovnaká.“* (Bartko, 1990). Na túlavosti zdôrazňuje najmä moment poruchy sociálnej adaptácie. Dieťa, alebo mladistvý, ktorý sa túla, porušuje týmto spôsobom svoju závislosť a podriadenosť výchovnému prostrediu, t. j. škole a rodine. Tým však prekračuje hranice svojho osobného hmotného zabezpečenia. Aby sa hmotne zabezpečil, je nútený siahať k prostriedkom vyložene antisociálnym až delikventným, ku krádežiam, klamstvu, podvodu.

Za najvýraznejšiu príčinu túlavosti detí a mládeže sa považuje rodinná psychosociálna atmosféra. Bartko (1990) uvádza najmä jej defektivitu (alkoholizmus rodičov, ich mravná labilita, kriminalita, sexuálna úchylnosť), premenlivosť (nedostatok pevnej a trvalej štruktúry rodinného prostredia), výchovnú insuficienciu, ktorá môže byť kvalitatívna (výchovné zanedbávanie, prílišná zhovievavosť alebo naopak príliš tvrdá výchova...) a kvantitatívna (nedostatok času rodičov...) a výchovnú indisponovanosť rodičov (nedostatok intelektu, duševné choroby).

*„Musíme si však uvedomiť, že útekov z domov by bolo menej, možno by sa vôbec nevyskytovali, keby atmosféra rodinného života utvárala pocit bezpečia, istoty a citového uspokojenia“* (Bartko, 1990).

## 6. Privlastňovanie si cudzích vecí, krádeže

Pojem krádeže predpokladá taký stupeň duševného vývinu dieťaťa, kedy už rozozná, čo patrí jemu a ostatným ľuďom, i zámernosť svojho činu.

Pri posudzovaní krádeže dú dôležité práve motívy. Existujú rôzne motívy, ktoré vedú deti privlastňovať si cudzie veci. Môžu to byť existenčné dôvody, a to najmä vtedy, keď rodiny nie sú schopné zaistiť ich minimálne potreby (krádež potravín, odevov...) Poznáme aj krádeže zo zvyku, bez hlbších vzťahov, bez ďalšieho citového zamerania.

Na úroveň chorobných prejavov sa môžu dostať krádeže špeciálnych záujmov, či už zberateľských, technických či erotických.

Do najťažšej skupiny patria krádeže za účelom zisťných cieľov, ktoré smerujú a vedú k osobnému obohateniu, k zaisteniu bezpracného

života a lacného blahobytu. Tu sa už objavujú prvky, ktoré smerujú k asociálnosti či začínajúcej delikvencii.

### 7. Záškoláctvo

Je formou úteku zo školy, najčastejšie vyprovokované školským prostredím. Takto si deti často riešia vlastnú citovú líniu, ale môže k tomu viesť aj strach pred učiteľom, zlyhaním v škole a následne trestom od rodičov. Nie menej dôležitým faktorom, ktorý môže spôsobiť záškoláctvo, je aj šikanovanie žiaka, ktorý sa mu takouto formou snaží vyhnúť.

Z praxe veľmi dobre vieme, že jednotlivé poruchy správania sa vzájomne podmieňujú, čo znamená, že napríklad kradne žiak, ktorý je súčasne aj agresívny vo svojom správaní.

## **1.2 Príčiny vzniku porúch správania**

Všeobecné pravidlá starostlivosti o deti možno vyjadriť tromi slovami – starostlivosť – dôslednosť – kontrola. Dôraz kladený na jednotlivé prvky tejto triády závisí na okolnostiach – choré dieťa potrebuje skôr viac starostlivosti, nezvládnuteľné dieťa zas pevnejšie vedenie. Pokiaľ však majú byť problémy zvládnuté, alebo máme snahu im predísť, musia byť zastúpené všetky tri prvky v rozumnej miere J. Elliott, M. Place (1998).

Zo skúseností vieme, že existuje mnoho faktorov, ktoré pôsobia na dieťa a ovplyvňujú jeho správanie. Ak sa poruchy v správaní u dieťaťa objavia, je potrebné si uvedomiť, že sa môžu stratiť v priebehu života, ale aj negatívne rozvinúť.

### 1. 2. 1 Psychicky podmienené poruchy správania

Krejčířová (1995) rozlišuje tieto psychologicky podmienené poruchy správania :

- 1) Hľadanie náhradného uspokojenia pri strate alebo citovej deprivácii , často ide o potrebu pozornosti a uznania v rodine alebo medzi vrstovníkmi. Ide napríklad o hľadanie vlastnej identity počas dospievania ( radšej byť niekym zlým, než nikým)
- 2) Volanie o pomoc – náhle poruchy správania sprevádzané často úzkosťou alebo depresiou, ktoré môžu vzniknúť v silnej záťažovej situácii. Dieťa sa správa panicky, nevie svoje konanie vysvetliť, disociálne činy nie sú zamerané na uspokojenie vlastných potrieb.
- 3) Dlhodobá emocionálna deprivácia dieťaťa v rodine alebo v ústavnom prostredí. Často býva kombinácia s poruchami učenia, ak sa dieťa cíti spoločnosťou odmietané, vylučované. Značná impulzivita, ťažké v nadväzovaní hlbších citových vzťahov.
- 4) Disharmonický vývin osobnosti. Chýba schopnosť nadviazať vrele vzťahy k iným ľuďom, deti neprežívajú lásku ani pocit viny. Bývajú impulzívne, so silnými agresívnymi tendenciami, činy sú zamerané na okamžité vlastné uspokojenie, nie proti konkrétnym osobám, chýbajú vnútorné zábrany a kontroly.
- 5) Iné závažné psychické poruchy ( schizofrénia, depresia )

## **1. 2. 2 Sociálne podmienené poruchy správania – sociálne prostredie, rodina a škola**

### **A. Sociálne prostredie**

*Socializácia je proces sociálneho učenia, prostredníctvom ktorého si dieťa osvojuje sociálne normy, hodnoty, postoje, formy sociálneho správania, začleňuje sa do spoločnosti." (Kollárik, 1992).*

Socializácia je celoživotný proces, ktorý sa začína narodením človeka a jeho zaradením či začlenením do konkrétnych skupín, najčastejšie do rodiny.

Človek ako bio – sociálna bytosť potrebuje spoločnosť, pretože bez nej by neprežil. Od narodenia je závislý od iných ľudí. Rodinu, do ktorej sa narodí, si vybrať nemôže, ale môže si vybrať priateľov, školské prostredie, krúžky, ktoré v značnej miere formujú jeho osobnosť a kde človek nachádza svoje vzory, ideály správania a konania. Ide o silný fenomén, ktorý môže byť pozitívne, ale mnohokrát i negatívne ovplyvniť správanie človeka. Určite sú mnohým z nás známe prípady, keď sa zo vzornej študentky stala neprospievajúca absentérka len preto, že sa zaľúbila do záškoláka, keď sa tichý, nenápadný chlapec zmenil na tvrdého agresora konajúceho pod vplyvom drog, lebo chcel byť ako jeho kamarát, keď dieťa pod vplyvom televíznych seriálov si začalo vybíjať zlosť na svojich spolužiakoch, pretože si potreboval osvojiť teóriu v praxi, že on musí byť ten najsilnejší, a tým predsa patrí svet atď...

Existujú však aj pozitívne vzory zo sociálneho prostredia – môžu byť nimi predovšetkým rodičia, učitelia, vychovávateľia, kamaráti a na túto rolu vo svojom živote by sme pri výchove svojich detí nemali nikdy zabúdať. Nezabúdajme na to, že dieťa od malička napodobňuje správanie

svojich vzorov, a je veľmi dobré, keď sa týmto vzorom stane práve matka či otec, prípadne učiteľ.

## **B. Rodinné prostredie**

Rodina je základný článok vo výchove detí. Má svoje nenahraditeľné miesto, ktoré žiadna výchovná inštitúcia nenahradí. V prípade, že sa u dieťaťa vyskytne problémové správanie, je nevyhnutné, aby rodina neodmietala spoluprácu so školou, pretože inak je úspešnosť riešenia daného problému minimálna. Z praxe však vieme, že sú to mnohokrát práve rodičia, ktorí odmietajú vedomie, že v správaní ich detí nie je niečo v poriadku, odmietajú pomoc iných a správajú sa skôr nedôverčivo k akejkoľvek podobe pomoci.

Rodina plní primárnu funkciu a pre proces socializácie sú dôležité podľa Kollárika (1992) najmä tieto aspekty :

- súdržnosť rodiny a jej pozitívna atmosféra, ktorá je daná vyrovnaným partnerským vzťahom, ktorý určuje štýl celej rodiny a tým ovplyvňuje i zdravý psychický vývin dieťaťa, jeho adekvátne formy správania,
- aplikované výchovné techniky zo strany rodičov, ktoré vyžadujú ich vzájomnú zhodu, aby sa predišlo dvojkoľajnosti. Je nutné vyhnúť sa extrémnym spôsobom autokratickej a liberálnej výchovy a vychovávať v prospech duševného zdravia pozitívnym motivovaním,
- miesto dieťaťa v rodine, resp. jeho postavenie v hierarchii súvisiacej s odlišnými sociálnymi podmienkami a ich vplyvom pri narodení každého dieťaťa v rodine. Sociálne skúsenosti z detstva majú podstatný význam pre formovanie osobnosti.

### *Ako byť dobrým vzorom v rodine*

Podľa S. Saverea (1997) je dôležité pri výchove detí v rodine robiť všetko tak, aby deti našli práve tu vzor pre svoje správanie. Preto je dôležité pamätať na tieto pravidlá :

- Keď rodičov dieťa nachytá pri niečom, čo neurobili správne, netreba sa ochraňovať. Treba prekonať svoje nepríjemné pocity a vyťažiť z danej situácie vhodnú príležitosť dieťa poučiť. Keď rodiča napr. prichytí vulgárne nadávať, treba mu vysvetliť, že nekonal správne, priznať si chybu, priznať si, že aj keď je človek nahnevaný, mal by kontrolovať svoje správanie a slovník. Netreba sa vykrúcať a nezvaľovať vinu na niekoho iného. Dieťa si uvedomí, že aj rodič je len človek.
- Rodičia nie sú bezchybní. Každý má svoje klady i zápory. Keď rodič urobí nejakú chybu, mal by si ju priznať, a nie využívať svoju autoritu. Takýmto spôsobom ju len stráca. Musí za chybu niešť zodpovednosť a ospravedlniť sa. Veď to isté čaká od svojho dieťaťa. Sú to cenné vlastnosti, ktoré môžu deťom svojím správaním vštepovať.
- Je potrebné pamätať na to, že deti sa učia všetkému, čo robia ich rodičia. Ak rodič zatají vek svojho dieťaťa, aby zaň nemusel platiť plný cestovný lístok, učí ho, že klamstvo je správne a zištné. Keď rodič presedí celý deň pri televízii, bude to robiť aj jeho dieťa. Keď iným ľuďom pri každej príležitosti nadáva, budú také aj deti. Deti nás napodobňujú, sledujú správanie, preto sa nečudujme, že sú také isté.
- Ak rodič rieši problémy pokojne, nie s hnevom a agresiou, ak zachová kľud aj v kritických situáciach, bude sa o to snažiť aj jeho dieťa. Nadobudne postupne pocit zodpovednosti za svoje správanie a začne nad ním preberať zodpovednosť práve podľa vzoru svojich rodičov. Treba pamätať na to, že láskavosťou učíme deti láskavosti, pravdovravnosťou pravdovravnosti, zdvorilým a slušným správaním k zdvorilosti a slušnosti.

- Pokiaľ sa v správaní detí objavia určité problémy, treba sa nad ich správaním zamyslieť, hľadať príčiny, korene a svoju vlastnú zodpovednosť za správanie dieťaťa. Dieťa sa totižto učí z toho, čo žije. Keď žije so zodpovednými rodičmi, je zodpovedné tiež.
- Prvoradou úlohou každého rodiča je stať sa pre svoje vlastné dieťa pozitívnym vzorom, ktorý sa snaží vo svojom živote napodobňovať.
- Nikdy netreba zabúdať na to, že dieťa kopíruje všetko, čo rodič hovorí a urobí. Mnohé svoje návyky deti získavajú práve od rodičov. Dieťa sa však učí aj od svojho okolia a preto je dôležité, že ak dieťa naučí rodič uznávať správne životné hodnoty, naučí ho zodpovednosti, stane sa mu kladným životným vzorom, môže od neho očakávať, že sa stane človekom síce slobodným, ale zodpovedným.

Nie vždy je však rodina úplná. V živote často dochádza k tomu, že absentuje jeden z rodičov. Sú na to rôzne dôvody – smrť jedného z rodičov, rozvod, existujú slobodné matky či manželstvá ľudí, ktorí už majú svoje záväzky z predchádzajúcich vzťahov. To všetko vplýva na správanie a emocionálny vývin detí. Niekedy získajú, niekedy veľa stratia. Optimálny je predsa vždy vzorec úplnej rodiny. V psychiatrických liečebniach sa ukázala spojitosť medzi neúplnou rodinou a zločinnosťou mladistvých, zvlášť v toxikománii – užívaní drog.

V kolektívoch sa mnohokrát deti z neúplných rodín javia ako samotárske, neoblúbené, konfliktné a nepokojné. Stratou autority sa vytvára pocit menejcennosti. Situácia dieťaťa z neúplnej rodiny je náročná, ohrozujúca zdravý vývoj a niekedy i nebezpečná. Ak sú tieto deti ohrozované „citovou subdepuráciou“ a ak neúplných rodín neustále pribúda, nedá sa s nápravou a prevenciou už čakať. Pomoc ohrozeným deťom v ohrozených rodinách musí byť jednou z hlavných úloh dneška.



Pre rodičov je dôležité si uvedomiť, že medzi nežiadúce výchovné postupy patrí:

- nedôsledná výchova
- nejednotná výchova
- živelne náhodná výchova
- nadmerne prísna výchova
- iba slovná ( napomínanie) výchova
- náladová výchova
- explozívna výchova

Podľa Matějčka (1992) u detí z rozvedených rodín sa vo zvýšenej miere objavujú následky psychických traum, frustrácií a konfliktov vo forme neurotických rysov, avšak podstatný vplyv na poruchy nemá ani tak samostatný rozvod ako skôr to, čo sa dialo pred rozvodom.

Byť úspešným rodičom je neskutočná drina. Vychovať slušné deti vyžaduje odvahu a trpezlivosť. S. Severe (2000) uvádza 10 „zlatých“ pravidiel správnej rodičovskej výchovy:

1. Odmeňujte správne chovanie, nielen nesprávne.
2. Premýšľajte, čo poviete. Keď niečo poviete, dodržte to.
3. Očakávajte od svojich detí dobré chovanie. Deti musia vedieť, čo od nich očakávate a čo oni môžu očakávať od vás. Keď budú vedieť predvídať, ako sa v určitých situáciách zachováte, budú sa lepšie rozhodovať.
4. Dieťa verí tomu, čo mu poviete. Vedzte svoje deti k úspešnosti. Naučte ich, že snaha a námaha je podstatnou časťou úspechu. Povzbudzujte ho! Povzbudzovanie mu pomôže vyrovnávať sa s nástrahami života s väčšou sebadôverou.
5. Predvídajte problémy. Stanovte pravidlá vopred. Buďte konkrétni a rozumní. Akonáhle zistíte u svojho dieťaťa nejaký zlovyk,

premyslite si, urobte si plán, ako ho odstrániť. Sústreďte sa aj na malé, čiastkové úspechy. Povzbudzujte a podporujte dieťa.

6. Používajte také tresty, ktoré vedú dieťa k zodpovednosti a lepšiemu správaniu. Netrestajte v návale zlosti, netrestajte z pomstychtivosti.
7. Začnite deti učiť zodpovednosti za svoje správanie už v rannom detstve. Pripravujte ho na život v reálnom svete so všetkými jeho nástrahami. Buďte prísni, ale pozitívni. Deti potrebujú stanovené hranice svojho správania, potrebujú dobré a správne pravidlá a dôslednosť z vašej strany. Tieto vlastnosti vnímajú ako prejav vášho záujmu a lásky.
8. Milujte svoje deti bez ohľadu na to, ako sa správajú. Sústreďte sa pri výchove na ich kladné stránky. Naučte ich poznať hodnotu vnútornej zmeny a zamerajte sa na príjemný pocit z dobrého správania. Pomôžte deťom prijať a pochopiť svoje slabosti a vyrovnáť sa s vlastnými chybami. Buďte im príkladom. Tak sa deti naučia priznať si svoje chyby vo svojom správaní. Tým sa zníži negatívny vplyv ich slabostí na ich život.
9. Podporujte svoje deti aj vo chvíľach, ktoré sú nie ľahké, príjemné, nečakané. Ovládajte sa a buďte dobrým vzorom.
10. Vytvorte svojim deťom zdravé a príjemné rodinné ovzdušie. Hovorte otvorene o tom, čo je dobré a čo zlé. Hovorte o hodnotách a cieľoch života. Deti sa vám budú zverovať o svojich problémoch. Je to úžasná štartovacia čiara riešenia problémov detí v období dospievania.

### **C. Školské prostredie**

V našich školách sa v posledných rokoch čoraz častejšie vyskytujú situácie a problémy, ktoré možno poznávať, riešiť, odstraňovať, resp. aspoň zmierňovať ich účinok len zabezpečením intenzívnej spolupráce

viacerých odborníkov - učiteľov, výchovných poradcov, drogových koordinátorov, školských psychológov, špeciálnych a školských pedagógov, poradenských psychológov a sociálnych pracovníkov. Sú to napr. problémy delikvencie a kriminality žiakov, drogové závislosti, záškoláctva, agresivity, šikanovania žiakov, týrania žiakov rodičmi, zneužívania detí, ale aj prostitúcie či tehotenstvá mladistvých alebo samovražedných pokusov žiakov.

Najmä pri riešení porúch správania v školských podmienkach je spolupráca odborníkov nevyhnutná. Na adekvátne riešenie je potrebné, aby sa všetci zainteresovaní, vrátane učiteľov, oboznámili s problémami a poruchami správania, poznali, aké problémy a poruchy správania sa môžu v škole vyskytovať, ktoré faktory sa podieľajú na ich vzniku, aké prejavy správania sú pre ne charakteristické, ako ich možno odstraňovať a riešiť a čo treba robiť v prípade násilia, agresivity a šikanovania v školách, ktoré sa najmä v posledných rokoch stávajú ich hlavným problémom.

Na vzniku problémov v správaní detí sa podieľajú mnohé rôznorodé faktory, ktoré môžeme rozdeliť do troch skupín:

- a) exogénne – strata jedného z rodičov, rozvod, alkoholizmus alebo kriminalita v rodine, presťahovanie sa, nevhodná partia kamarátov, narušené sociálne vzťahy v triede alebo nízka vychovávateľská pripravenosť rodičov, rozkolísanie výchovnej autority a iné,
- b) endogénne – organické poškodenie mozgu, disproporcie vo vývine intelektu, emocionálna labilita,
- c) kombinované

Z hľadiska práce učiteľa so žiakmi sa osvedčila veľmi podnetná dichotomická klasifikácia porúch žiakov v správaní podľa T. M. Achenbacha (1982) , ktorý v tejto súvislosti hovorí o internalistoch a externalistoch.

**Internalistov** možno charakterizovať ako bojazlivých, plachých, depresívnych, hypersenzitívnych, nepriateľských. Majú nutkavé správanie a somatické ťažkosti. V detskej populácii sú ich dve až osem percent. Hoci výsledky výskumov ukazujú, že väčšina emocionálnych porúch tohto typu nepretrváva do dospelosti, tieto deti potrebujú špecifický prístup, starostlivosť, aby sa zabezpečil ich relatívne normálny vývin.

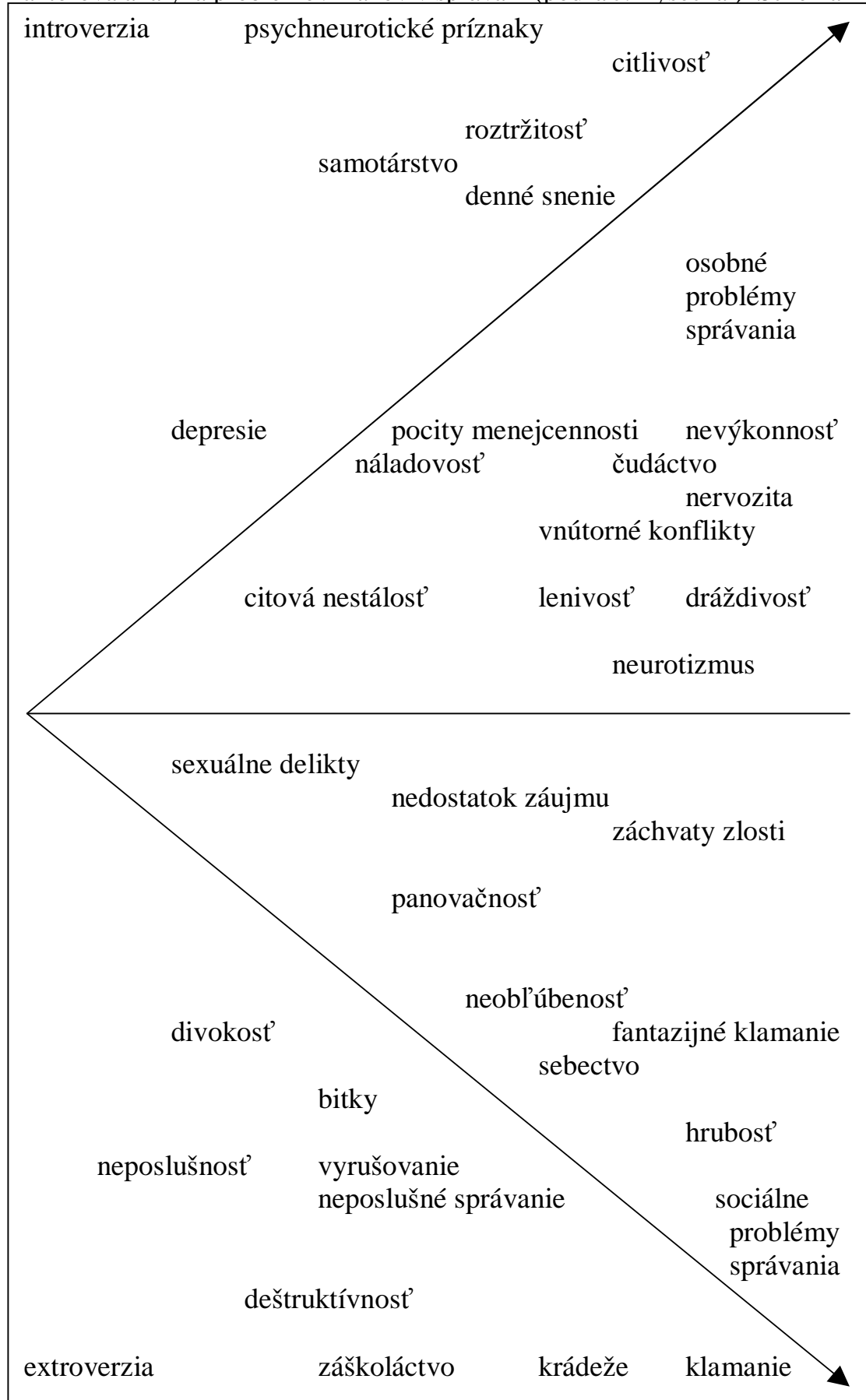
**Externalisti** sú jedinci so zníženou sebakontrolou, s poruchami sebaregulácie, sú agresívni, deštruktívni, nekooperatívni. Viac externalistov sa vyskytuje zvyčajne medzi chlapcami a tí majú menej úspešnú prognózu v adolescencii. Odhaduje sa, že v detskej populácii sú ich okolo štyri percentá. Ukazuje sa, že pre žiakov externalistov je vhodné uplatňovať najmä edukačné intervencie na odstránenie ťažkostí v učení a behaviorálne intervencie na zmenu agresívneho správania. Medzi externalistov patria aj hyperaktívne deti s poruchami pozornosti. Táto porucha správania je charakteristická nepozornosťou, impulzivitou, zvýšenou aktivitou a nepokojom. Odhaduje sa, že v školskej populácii sa týchto detí vyskytuje tri až päť percent.

J. Hvozdík (1986) na základe zhodnotenia viacerých existujúcich klasifikácií problémov detí v správaní, ako aj zmapovania požiadaviek našej školskej praxe rozdeľuje problémy žiakov v správaní do troch skupín:

- zdravotné
- osobnostné
- socializačné

Hvozdíkovo delenie vychádza z troch hlavných komponentov osobnosti : z biologického dozrievania a rastu, z psychologického rozvoja a zo sociálneho začleňovania, či správania.

Faktorova analýza problémov žiakov v správaní (podľa J. Eysecka ) Schéma 1



Odborníci, ktorí sa zaoberajú problémom porúch správania v školách sú si vedomí, že chýba ucelená, nosná teória, ktorá by vysvetlila etiologické vzťahy a súvislosti, ktoré určujú vznik a rozvoj porúch v správaní. V jednom sa však všetci zhodujú, že problémy v správaní majú najčastejšie deti, u ktorých sú nedostatočne uspokojené základné psychické potreby, ako sú potreba emocionálneho vzťahu, sociálnej adaptácie, bezpečia a lásky.

### **Niektoré vnútorné a vonkajšie faktory problémov žiakov v správaní**

V praxi sa potvrdzuje, že žiakova osobnosť môže mať viacero nedostatkov alebo črt, ktoré môžu determinovať problémy v správaní. Patria medzi ne:

- zdravotné ťažkosti
- poruchy duševného vývinu
- neurózy
- emocionálne poruchy
- mozgové poškodenia
- nedostatky v intelektuálnej oblasti a iné

Telesné defekty , anomálie, disproporcie veľmi často narúšajú vnútornú, predovšetkým emocionálnu rovnováhu žiaka, vyniká u neho komplex menejcennosti, rozličné zábrany, samotárstvo a pod. Ak proces adjustácie žiaka na školu prebieha nenormálne, spravidla sa objavujú ďalšie ťažkosti a problémy v správaní.

Z porúch duševného vývinu majú osobitný vplyv na správanie žiaka najmä neurózy. Prejavujú sa napr. ohrýzaním nechtov,

hypermotorikou, tikmi, možným pomočovaním, nechutenstvom. Neuróza spôsobuje duševnú, najmä emocionálnu nestálosť, neschopnosť dlhšie sa sústrediť, zvýšenú výbušnosť a zníženú frustračnú toleranciu. Tieto príznaky žiakovi sťažujú systematickú prácu, znemožňujú mu dosiahnuť úspech, spoločenské uznanie a vyvolávajú u neho prejavy agresivity alebo apatie.

Z nedostatkov v intelektuálnej oblasti spôsobujú problémy a poruchy správania najmä nedostatky v špeciálnych schopnostiach a záujmoch. Pri znížených rozumových schopnostiach žiak dosahuje dobrý prospech iba s vyvinutím zvýšeného študijného úsilia, čo môže vyvolávať dráždivosť až agresiu. Úspešné zvládnutie viacerých predmetov predpokladá u žiaka existenciu špeciálnych schopností. Chýbanie alebo nedostatočný rozvoj špeciálnych schopností môže zapríčiniť neprospievanie žiaka v príslušnom predmete. Trvalejšie neúspechy prehlbujú a upevňujú aj vznik negatívnych vlastností a poruchy správania.

Zo záporných osobnostných vlastností môže vyvolať poruchy správania malá frustračná tolerancia. Frustráciou sa označuje blokovanie intenzívne prežívajúcich potrieb a cieľov. Frustrácia záporne ovplyvňuje psychický stav a správanie jednotlivca. V priebehu takéhoto defenzívneho správania môžu sa v človeku vyvinúť alebo posilniť črty agresívnosti, nesociálnosti, súťaživosti, či zamietanie iných ... Nízka frustračná tolerancia žiaka v škole i mimo nej môže významne spolupôsobiť pri vzniku agresívneho správania. Konfliktne situácie alebo prípadný neúspech vyvolávajú zvýšené citové napätie, nervozitu, ktoré môžu vyústiť až do agresivity či šikanovania.

Aj citový život žiaka vo významnej miere vplýva na jeho správanie. Žiaci so silne vyvinutými zápornými citmi alebo poruchami v citovej

oblasti sa nesprávajú rovnako ako žiaci bez týchto porúch. Poruchy správania môže vyvolať najmä citová deprivácia a zvýšená emocionalita. Citová deprivácia vzniká u žiakov v dôsledku neuspokojenia jednej alebo viacerých základných psychických potrieb v dostatočnej miere po dlhší čas. K takýmto potrebám patria napr. : potreba uznania, lásky, bezpečia, opory a pod. Ak sa tieto potreby dlhšie neuspokojujú, vyvolávajú vznik depresívnych stavov, stavy sklúčenosti, uzavretosti, citového útlmu.

Zvýšená emocionalita žiaka, najmä ak prechádza do afektivity, môže vyvolať agresívne a šikanujúce správanie. V tomto prípade je žiak pod ustavičným citovým napätím, pod tlakom, ktorý u neho vyvoláva rýchlejšie vyčerpanie. V dôsledku toho reaguje neuvážene, „citovo“, a častejšie sa dostáva do konfliktných situácií.

Z vonkajších faktorov má najvýraznejší vplyv na rozvoj osobnosti a správania žiaka najmä rodina, o ktorej sme už hovorili v predchádzajúcej časti.

Na záver treba povedať, že podľa viacerých českých a slovenských autorov (napr. Zelina, 1993, 1994, 2000, Mareš, 1995, 1998, Průcka, 1996, 1997, Gajdošová, 1997, 1998) škola v súčasnosti prežíva hlbokú krízu identity. V období demokratických spoločenských zmien sa v nej kladie dôraz na druhoradé veci a podceňujú sa základné.

Dnešná škola, ako zdôrazňujú mnohé psychologické a pedagogické výskumy (napr. Gajdošová, Herenyiová, 1994), sa stáva pre viacerých žiakov stresujúcim činiteľom, vyvoláva v nich intenzívne pocity únavy, preťaženia, napätia, stresu a obáv. Neurotizujúce situácie v dnešnej škole sa potom vo veľkej miere spolu podieľajú na zvýšení lability mnohých našich detí, prinášajú ďalšie rôznorodé problémy v ich správaní (napr. záškoláctvo, násilie, agresiu, šikanovanie) a zároveň sa spolupodieľajú na vzniku problémov žiakov v učení.



Zároveň je pre súčasnú školu charakteristické, že napriek stále deklarovanému cieľu, ktorým je komplexný a harmonický rozvoj osobnosti žiaka, dôraz kladie predovšetkým na výkon žiaka v učení, na jeho školskú výkonnosť a školskú úspešnosť, ktorých kritériom je známka. V pozadí zostáva emocionálny a sociálny vývin žiakov, rozvoj ich samostatnosti, tvorivosti, nadania a talentu a málo sa pamätá na dôsledky náročných učebných požiadaviek našej školy na harmonický osobnostný vývin žiakov a na ich psychické zdravie.

Moderná didaktika však dokazuje, že skutočným ukazovateľom efektívnosti výchovno-vzdelávacieho procesu je okrem tradične uznávaného rozsahu a kvality osvojených vedomostí, zručností a návykov predovšetkým globálny rozvoj osobnosti žiakov, najmä rozvoj ich všeobecných a špeciálnych schopností, osobnostných vlastností, záujmov, postojov, hodnotovej orientácie a najmä úroveň ich duševného, psychického zdravia.

Zo skúseností však vieme, že do učebných osnov jednotlivých predmetov je zahrnuté také kvantum učiva, že učiteľovi nestačí 45 minút vyučovacej hodiny na to, aby vysvetlil dané učivo. Výchovné momenty ostávajú tak v úzadí. Výchovný poradca má takisto minimálny časový priestor na to, aby riešil výchovné problémy všetkých žiakov. Neustále sa hovorí o pozícii špeciálneho psychológa na základných a stredných školách, avšak vieme, že na školách sú skôr výnimkou ako pravidlom. Na školách totižto neustále pribúda množstvo žiakov s poruchami správania a učenia a treba im pomôcť.

Prvý krok v tomto smere urobili autori projektu Milénium a novej Koncepcie rozvoja výchovy a vzdelávania v SR- V. Rosa, I. Turek, M. Zelina (2000), ktorí presadzujú ideu humanizácie a demokratizácie školy.

### **1. 2. 3 Národný program výchovy a vzdelávania v SR**

Národný program výchovy a vzdelávania v Slovenskej republike (ďalej len Program), ktorý potom z tejto koncepcie vychádza, oveľa dôraznejšie než koncepcie vypracované pred ním (Duch školy, Konštantin a iné) presadzujú ideu humanizmu a humanizácie školy a aplikáciu humanistických princípov v systéme výchovy a vzdelávania v školách a školských zariadeniach prostredníctvom celého radu nových stratégií, netradičných, progresívnych a zároveň veľmi humanistických prístupov, metód a postupov v intenciách požiadaviek epochy tretieho tisícročia.

Program kladie dôraz na človeka, žiaka aj pedagóga, na rešpektovanie ich osobitostí, špecifickostí, individuálností a posilňuje jedinečnosť ich sebarealizácie. Významne akceptuje najmä ľudskú, vzťahovú stránku interakcie vo výchovno-vzdelávacom procese, markantne zdôrazňuje harmonický osobnostný rozvoj žiakov a pedagógov v škole, ich psychické zdravie, ich kooperáciu a vzájomné interpersonálne vzťahy a zároveň podčiarkuje potrebu rozvíjať nielen kognitívny, ale najmä sociálno-emocionálny vývin jedincov v školskom prostredí. Dôležitý je najmä rozvoj vyšších kognitívnych a nonkognitívnych procesov, ktoré obsahujú silné podnety na motiváciu do učenia a pracovnej činnosti, sociálny a citový rozvoj a tvorivosť jedincov.

V Programe ide predovšetkým o kompatibilitu socializácie a personalizácie, zabezpečenú rozvíjaním kognitivizácie, emocionalizácie, motivácie, socializácie, axiologizácie a kreativizácie žiaka aj učiteľa v procese výchovy a vzdelávania.

Program sa svojimi cieľmi, zámermi a úlohami významne pričiňuje o vstup psychológie a psychologických služieb priamo do školy, do rozvoja procesu výchovy a vzdelávania a otvára cestu aktívnemu vstupu

školského psychológa do humanizácie školy a humanizácie systému výchovy a vzdelávania. Zároveň požaduje premyslené budovanie a kooperáciu podporných systémov, orgánov, inštitúcií a podporných zložiek a služieb na realizáciu nových humanistických myšlienok a návrhov v školách a školských zariadeniach a systematickú spoluprácu všetkých zložiek školského systému a systému výchovného a psychologického poradenstva.

Na kvalitnú a efektívnu realizáciu Programu je tentoraz skutočne nevyhnutná systematická kooperácia všetkých odborníkov podieľajúcich sa na výchove a vzdelávaní našej mládeže, kooperácia učiteľov, pedagógov, psychológov, výchovných poradcov, sociálnych pracovníkov, špeciálnych pedagógov, ako aj rodičov žiakov a študentov, pretože len veľmi citlivou a tolerantnou vzájomnou spoluprácou možno dosiahnuť vytýčené ciele koncepcie.

Školskí psychológovia sú spolu s ďalšími odborníkmi, učiteľmi, výchovnými poradcami, poradenskými psychológmi, pedagógmi a špeciálnymi pedagógmi v strategickej pozícii pomôcť riešiť aktuálne a v najbližších rokoch mimoriadne významné úlohy vyplývajúce z aplikácie a realizácie Koncepcie rozvoja výchovy a vzdelávania v SR, projektu Milénium a Národného programu výchovy a vzdelávania v SR.

Vychádzajúc z uvedeného, v súčasnosti sa v činnosti psychológov a pedagógov v školách a školských zariadeniach požaduje:

- vytvárať optimálne sociálne, výchovné a vzdelávacie podmienky, ktoré by predchádzali, zabraňovali vzniku sociopatologických javov a eliminovali ich (medzi tieto javy patrí napr. agresivita, šikanovanie, intolerancia, záškoláctvo, delikvencia, drogová závislosť, ale aj narastajúci stres, vyčerpanosť, napätie a konflikty medzi rovesníkmi, ako aj učiteľmi a žiakmi) a zabezpečovali harmonický osobnostný rozvoj a psychické zdravie žiakov aj učiteľov;

- vytvárať podmienky a zároveň sa tak u žiakov, ako aj u učiteľov aktívne spolupodieľať na rozvíjaní ich:
  - kognitivizácie (schopností myslieť, riešiť problémy, využívať informácie pre svoj život, prácu, sebarozvoj),
  - emocionalizácie (emocionálnej zrelosti a emocionálnej inteligencie žiakov a učiteľov),
  - motivácie (hľadání správnej hodnotovej orientácie, štýlu života, sebarozvíjania a sebazdokonaľovania),
  - socializácie (vzťahu k sebe a k iným, efektívnej komunikácie a kooperácie a vytváraní dobrých medziľudských vzťahov v učiteľských zboroch, medzi žiakmi a učiteľmi, rodičmi a učiteľmi a ďalšími pracovníkmi zapojenými do výchovy a vzdelávania mládeže),
  - autoregulácie (zabezpečovaní ich psychického a fyzického zdravia a rozvíjaní ich zodpovednosti za seba, za svoje správanie a konanie, za svoj sebarozvoj),
  - kreativizácie (rozvíjaní tvorivého riešenia problémov, flexibility, originality, imaginácie, tvorivého štýlu života);
- formovať a rozvíjať u žiakov aj u učiteľov všeľudské hodnoty, akými sú láska, tolerancia, dôvera, otvorenosť, čestnosť, úcta, rešpekt, priateľstvo, partnerstvo, vzájomná pomoc a komunikácia, tvorivosť a kooperácia.

Takáto atmosféra dôvery, priateľstva, partnerstva, otvorenosti, konfrontácie, neformálnosti a blízkosti je charakteristická pre humanistickú školu. Kým medziľudské vzťahy v tradičnej škole sú často rezervované a vyznačujú sa vysokou súťaživosťou učiteľov navzájom, v humanistickej škole sú vzťahy priateľské, neformálne, podporujúce, pomáhajúce, partnerské. Humanistická škola dokonca toleruje rôznorodosť a podporuje heterogenitu nápadov, návrhov, riešení a rôznorodosť pedagogických aplikácií, robenie vecí po novom aj

radikálnym spôsobom a chyby sa tu považujú za súčasť experimentu, z ktorých sa učiteľ učí. Komunikácia je tu otvorená, a to v smere k vedeniu školy i v smere k žiakom a k ich rodičom. Práve pre humanistickú školu a humanizovanú školskú atmosféru je charakteristická priama komunikácia medzi učiteľmi a žiakmi, s otvoreným vyjadrovaním svojich emócií a pocitov, otvorenosť a konfrontácia pri predkladaní návrhov, pripomienok, myšlienok a spolupráca pri riešení problémových situácií. Vzťahy medzi učiteľmi navzájom, ale aj medzi učiteľmi a žiakmi, učiteľmi a rodičmi sú založené na vzájomnej spolupráci a partnerstve.

V otázkach humanizácie školy sa do popredia dostal Európsky projekt škôl podporujúcich zdravie, ktorých tvorcami je Svetová zdravotnícka organizácia, Rada Európy a Európska únia. Tie chápu podporu zdravia v škole veľmi široko ako program kontinuálny, ktorý nie je v rozpore s mnohými inovačnými vzdelávacími programami.

Ako zdôrazňuje v úvode svojho hodnotenia programu M. Kolář (1998), *„dáva možnosť, aby sa potenciál týchto programov celkom využil v prospech detí a učiteľov a aby tam, kde inovácie vznikajú, poslúžil ako nástroj zamýšľanej zmeny. Ak realizujeme skupinové vyučovanie, kooperatívne vyučovanie, zážitkové učenie, prípadne aj programy proti drogám alebo rasizmu, možno ich v rámci komunitného štýlu práce koncepčne integrovať, a tým znásobíme ich účinnosť.“*

Škola, ktorá sa rozhodla podporovať zdravie, pristúpila tak na určité filozofické východiská a princípy svojej činnosti, a to na interakčné chápanie zdravia (Havlíková a kol., 1998), ktoré deklaruje takto:

A. Zdravie je všeobecne uznávanou hodnotou.

B. Súčasné chápanie zdravia kladie dôraz na súvislosti a zdravie považuje za výslednicu zdravia telesného, duševného, duchovného a sociálneho a ako súčasť zdravia užšej a širšej komunity a prírody.

C. Zdravie ovplyvňuje správanie a spôsob života človeka, človek pozitívne ovplyvní svoje zdravie tým, že ho zaradí medzi svoje prvoradé hodnoty zmenou postoja k sebe, prežívaním seba v kontexte s druhými ľuďmi, s komunitou a svetom, pozitívnym citovým naladením a myslením, vytváraním vzťahov s ľuďmi na základe dôvery a úcty, osvojením si zručnosti riešiť problémy a zvládať stres, dodržiavaním životosprávy vyvážene rešpektujúcej všetky druhy jeho potrieb.

Interakčné chápanie zdravia znamená, že zložky zdravia sú vzájomne prepojené v troch interakčných sústavách:

1. individuálnej - zdravie je spojené so všetkými zložkami bytosti jedinca, ktorú tvorí organizmus (telesné zdravie), štruktúra psychických funkcií (duševné zdravie), osobnosť (sociálne a duchovné zdravie);
2. komunitnej - zdravie jedinca je prepojené so zdravím komunity, v ktorej žije alebo pracuje;
3. globálnej - zdravie jedinca je prepojené so zdravím jednotlivých spoločností, v ktorých jedinci žijú alebo pracujú, prepojené so zdravím sveta (Havlíňová a kol., 1998).

Zdravie každého človeka ako sociálnej bytosti sa rozvíja prostredníctvom medziludských vzťahov, vzťahov s inými ľuďmi v prostredí, ktoré ho obklopuje, a tým je jeho rodina, škola, trieda, pracovná skupina, záujmová skupina, širšie sociálne spoločenstvo ako obec, mesto, krajina atď.

Pri interakčnom chápaní zdravia sa uvažuje o zdraví človeka predovšetkým vo vzťahu k jeho najbližšiemu okoliu - vo vzťahu k spoločnostiam, ako sú rodina, škola, pracovné a záujmové skupiny (Havlíňová, 1998).

R. Dreikurs a L. Grey (1997) tiež zdôrazňujú, že *„demokratizačný proces ovplyvňuje nielen vzťahy medzi ľuďmi, ale aj výchovné postupy. Počas tejto spoločenskej evolúcie sa zvyšuje stupeň rovnocennosti a*

*každá nová generácia detí získava stále viac slobody a úspešnejšie vzdoruje autorite starších. Dnes nedokážeme dlho ovplyvňovať správanie dieťaťa, jeho štúdium a uplatnenie. Najvýznamnejšou črtou nového spôsobu práce s deťmi je, že vonkajší tlak stráca účinnosť."*

Podľa R. Dreikursa a L. Greya (1997) nový prístup k výchove a vzdelávaniu v súčasnosti charakterizujú tieto významné princípy:

- stimulácia namiesto nátlaku
  - tradičný autokratický spôsob motivovania detí nátlakom zvonku treba nahradiť vnútornou motiváciou,
  - základný princíp komunikácie založiť na vzájomnom rešpektovaní sa, deti sa tak stávajú rovnocennými partnermi dospelých, aj keď nie vo vyspelosti, schopnostiach a skúsenostiach, ale v schopnosti a možnosti samostatného rozhodovania sa namiesto podrobenia sa sile;
- metódy a postoje
  - dokázať dieťa ovplyvniť a získať na spoluprácu;
- vzdelávanie rodičov
  - dnes sa deti cítia slobodné a oprávnené robiť, čo sa im zachce, a rodičia musia rátať s dôsledkami tejto činnosti,
  - naučiť sa sadnúť si s deťmi ako s rovnocennými partnermi, diskutovať o problémoch týkajúcich sa celej rodiny a spoločne hľadať riešenia;
- zmenená rola učiteľa
  - pomáhať žiakom pri ich adaptácii,
  - ovplyvňovať správanie a postoje žiakov,
  - vzdelávať učiteľa v psychodynamike a skupinovej dynamike a v riešení problémov s deťmi s poruchami učenia a správania;
- psychologické postupy
  - vo výchove voliť povzbudzovanie, sociálnu interakciu a skupinovú diskusiu.

Autori veľmi správne podčiarkujú, že v humanistickej škole dneška by mali pedagógovia, psychológovia a ďalší odborníci podieľať sa na výchove, vzdelávaní a psychologickú starostlivosť o žiakov akceptovať a vo svojej profesionálnej činnosti sa riadiť týmito návrhmi:

1. Ceniť dieťa také, aké je.
2. Preukazovať mu dôveru a tým ho učiť dôverovať sebe samému.
3. Veriť v jeho schopnosti a tým podporovať sebadôveru dieťaťa v procese budovania vlastnej akceptácie.
4. Uznávať dobre vykonanú prácu a oceňovať vynaloženú námahu.
5. Pracovať so skupinou tak, aby sa podporil a uľahčil rozvoj dieťaťa.
6. Integrovať skupinu tak, aby si každý bol istý svojím miestom v nej.
7. Pomáhať v rozvoji psychologických zručností, ktoré umožňujú dosiahnuť úspech.
8. Spoznávať a zameriavať sa na silné stránky a aktíva žiaka.
9. Zaujímať sa o dieťa.

## **2 ŠIKANOVANIE**

### **2.1 Vymedzenie pojmu a klasifikácia druhov šikanovania**

Gajdošová, Herényiová (2002) uvádzajú pôvod pojmu „šikanovanie.“ Pochádza z francúzskeho slova „chicané“, čo znamená zlomyseľné obťažovanie, týranie, sužovanie, prenasledovanie, byrokratické lipnutie na litere predpisov napr. voči podriadeným alebo občanom. Šikanovanie je vlastne zneužívanie sily alebo právomoci, s ktorým sa stretávame už aj v školách.

Britskí bádatelia hovoria o šikanovaní vtedy, keď jedno dieťa alebo skupina detí hovorí inému dieťaťu škaredé a nepríjemné veci, bije ho,



kope, vyhráza sa mu, zamyká ho v miestnosti a podobne. Tieto incidenty sa môžu často opakovať a pre šikanované dieťa je obťažné, aby sa samo ubránilo. Ako šikanovanie môžu byť označené tiež opakované posmešky alebo nepekne poznámky o rodine. Ako šikanovanie obvykle neoznačujeme občasnú bitku alebo hádku približne rovnako fyzicky vybavených súperov.

V práci vychádzame z nasledovnej definície šikanovania: *„Zásadne hovoríme o šikanovaní vtedy, ak je obeť z nejakého dôvodu bezbranná – buď pre fyzickú slabosť, či neobratnosť, pre svoju izolovanosť v kolektíve pre svoje psychické zvláštnosti. Niekedy je ťažké odlíšiť šikanovanie od podobných javov, napr. od terorizovania celej triedy bitkárskou bandou, od vymáhania peňazí, od rasového násillia....“* (Řičan, 1995 )

M. Kollář (2001) uvádza, že odhaliť šikanovanie pomôže „mapa“ vonkajších prejavov šikanovania. Ide o tzv. „trojdimenzonálnu mapu“, podľa ktorej je možné prejavy šikanovania členiť na :

1. priame a nepriame
2. fyzické a verbálne
3. aktívne a pasívne

Kombináciou týchto troch dimenzií vyniká osem druhov šikanovania (tabuľka 1). Vďaka tejto klasifikácii je možné dokázať odlišnosti u rôznych typov šikanovania.

Osem druhov šikanovania	Príklady prejavov
Fyzické aktívne priame	Útočníci obeť škrtia, kopú, fackujú.
Fyzické aktívne nepriame	Agresor pošle iných, aby obeť zbili. Obeti sú ničené osobné veci.
Fyzické pasívne priame	Agresor nedovolí obeti, aby si sadla do lavice.
Fyzické pasívne nepriame	Agresor odmietne obeť na jej požiadanie pustiť z triedy na záchod (odmietnutie splnenia požiadaviek).
Verbálne aktívne priame	Nadávanie, urážanie, zosmiešňovanie.
Verbálne aktívne nepriame	Šírenie ohovárania. Patrí sem aj tzv. symbolická agresia, ktorá môže byť vyjadrená v posmešných kresbách, básniach a pod.
Verbálne pasívne priame	Neodpovedanie na pozdrav, otázky a pod.
Verbálne pasívne nepriame	Spolužiaci sa nezastanú obeti, ak je nespravodlivo obvinená z niečoho, čo urobili jej trýznitelia.

### 2. 1. 1 Teória agresie

Šikanovanie je osobitý prípad agresie. Šikanovaniu preto budeme lepšie rozumieť, keď budeme vedieť, čo to agresia je.

Mnoho psychológov tvrdí, že agresia je – rovnako ako väčšina ostatného ľudského správania, napríklad tanec, varenie, alebo hra na gitaru – naučená, čo znamená, že si ju osvojíme na základe skúseností.

Podľa nich je človek agresívny preto, lebo sa naučil, že sa to oplatí, najmä že agresiou sa dá zmocniť vyhladeného predmetu, alebo si vynútiť od druhých službu, na ktorých mu záleží. Agresívnemu správaniu sa podľa týchto bádateľov učíme na základe vlastnej skúsenosti, alebo sprostredkovanou na základe toho, čo vidíme okolo seba, napríklad v televízii, kde je agresia často stavaná na obdiv. Obzvlášť účinnou „školou“ agresie býva, keď je dieťa doma kruto trestané, alebo aj bezdôvodne týrané a vidí, s akým uspokojením tak rodičia presadzujú svoju moc.

Z dieťaťa sa stáva vysoko agresívny človek postupne, a to tak, že si pamätá tie spôsoby svojho vlastného konania, ktoré vedú k úspechu. Z úspešných spôsobov konania si vytvára akúsi zásobárňu malých scenárov pre rôzne situácie. Keď nastane taká situácia, ktorú už pozná, alebo situácia podobná nejakej už známej situácii, vyberá si zo svojej zásobárne scenárov, rozhoduje sa, ktorý má použiť. Keď dopustíme, aby malo dieťa úspech so svojím agresívnym správaním, vytvorí si veľa agresívnych scenárov. Ďalšie si bude vytvárať podľa toho, čo vidí okolo seba, najmä v rodine, ale aj v škole, a samozrejme na obrazovke, najmä keď pred ňou trávi niekoľko hodín denne.

Zo scenárov, ktoré používa, si dieťa postupne odvodzuje zásady, podľa ktorých sa riadi vo svojom rozhodovaní. Tak dospieva k názorom, postojom a hodnotám, ktoré napokon riadia jeho správanie. Pravda, nejde o to, aké názory alebo hodnoty teoreticky uznáva (pretože vie, že sa to patrí), ale o to, aké v skutočnosti uplatňuje.

Celý proces vytvárania scenárov, zásad, postojov a hodnôt je v rozhodujúcej miere ovplyvňovaný tým, ako ľudia konajú, v ktorých dieťa vidí svoj vzor, s ktorým sa stotožňuje.

Sú to predovšetkým rodičia, do určitej miery aj postavy z televíznej obrazovky, s ktorými trávi na škodu vecí niekedy viac času ako

s rodičmi. Dochádza tak k identifikácii s agresorom. Dieťa tak nachádza východisko zo strachu, v ktorom žije, keď ho niekto mocný opakovane ohrozuje alebo trápi, paradoxne v tom, že ho prijíma za svoj vzor a identifikuje sa s ním, stáva sa jeho druhým ja.

Tu vidíme zárodky agresívneho správania mladých ľudí, s ktorou sa tak často na základných školách a stredných školách stretávame. Nadobúda stále väčšie rozmery a stále agresívnejšie formy prejavu. V správaní mládeže registrujeme potešenie z krutosti (sexuálny sadizmus), z cieľavedomého ubližovania slabším jedincom, vyskytuje sa však aj sebatrýznenie a sebatýranie. Tieto javy nám nemôžu byť ľahostajné. Preto je potrebné poznať príčiny agresívneho správania, ktoré sa prejavujú šikanovaním.

## 2.2 Príčiny šikanovania

P. Říčan (1998) uvádza, že šikanovanie má viacero príčin, medzi najdôležitejšie uvádza tieto:

- tlak kolektívu
  - prejavuje sa najmä v športe a na hodinách telesnej výchovy. Nejednen učiteľ telesnej výchovy mimovoľne súhlasí s tým, že fyzicky slabší jedinec sa stáva terčom výsmechu silnejších jedincov
- túžba po moci
  - čiže pranie ovládnuť a ovládať druhého človeka. To želanie je silné z jedného pochopiteľného dôvodu. Keď ľudí ovládame, pomôže nám to splniť iné želania, uspokojiť iné potreby (napr. zmocniť sa nejakej veci, vynútiť si rôzne služby a výhody)
- motív krutosti

– v tomto prípade človeku spôsobuje potešenie, keď vidí iného trpieť. Pri šikanovaní je možné uspokojiť tento motív, keď aktér šikanovania sa teší z utrpenia trýzneného, keď sa teší z pocitu, že koná surovo.

- zvedavosť

– dôležitý motív šikanovania. Týrať druhého človeka, to je v podstate experiment. Ako sa bude človek – obeť správať v strachu, bolesti a ponížení? K čomu všetkému dokážem svoju obeť prinútiť? Obeť i agresor cítia, že takáto situácia človeka duševne obnaží, dovoľí nazrieť až na dno jeho bytosti, ktorá je v tej chvíli akoby rozložená.

- nuda, túžba po stále silnejších, vzrušujúcejších zážitkoch, po senzácii

– k týraníu a šikanovaniu vedie človeka primitívna a skazená myseľ, jednoducho túžba zabávať sa, prežiť nejaké vzrušenie, aj na úkor porušenia všetkých morálnych zásad a mravných zábran.

### **2. 2. 1 Aktéri šikanovania**

Uviedli sme základné motívy, ktoré vedú deti k šikanovaniu. Je však potrebné uviesť všeobecnú charakteristiku aktéra tohto negatívneho javu, lebo je zdrojom, vredom tohto zla.

P. Řičan (1998) sa snaží dať odpoveď na tento problém. Tvrdí, že dieťa, ktoré začne so šikanovaním, v tom veľmi často pokračuje, a to aj v inom prostredí. Takéhoto jedinca si všíma z viacerých hľadísk.

Pokiaľ ide o fyzickú stránku, ide väčšinou o telesne zdatných jedincov, silných a obratných, najmä ak ide o chlapcov. Nie vždy je to však pravda. Inteligencia spojená s bezohľadnosťou a krutosťou môže vyvážiť nedostatok telesnej sily. Agresor môže pre svoj zámer získať skupinu a proti jej prevahe je obeť bezmocná. Dokonca môže šikanovanie vymyslieť a zorganizovať, hoci sa sám obeť ani nedotkne.

Bolo by však chybou podozrievať všetkých telesne silných jedincov so sklomni šikanovať. Dokázalo sa totižto, že veľká väčšina telesne zdatných detí je priemerná, čo znamená, že sa agresie nedopúšťa ani častejšie, ani menej často než ostatní.

Pokiaľ ide o duševné vlastnosti, je potrebné vyvrátiť dosť rozšírený omyl, že typický agresor so šikanovaním kompenzuje „mindrák“, že je navonok tvrdý práve preto, že trpí pocitmi menejcennosti, závidí ostatným úspechy v škole, že sa cíti nešťastný. Takýchto agresorov podľa výskumov je nanajvýš pätina. Naopak, dokázalo sa, že agresor má síce v priemere o niečo horší prospech než ostatní, no to nebýva príčinou jeho násilníctva. Šikanovania sa dopúšťajú väčšinou sebaistí, neúzkostliví chlapci a dievčatá bez týchto problémov, skôr u nich zohrala negatívnu úlohu nevhodná výchova v ranom detstve.

Pre šikanujúce deti je typická túžba dominovať, ovládať druhých, bezohľadne sa presadzovať. Ľahko sa unavia, majú sklom vidieť agresie proti sebe aj tam, kde jej niet. Ublížovať druhým je pre nich radosťou. Svedomie, ktoré je pribúdajúcim vekom dieťaťa stále dôležitejšou zložkou osobnosti, u týchto jedincov zakrpatelo.

Zvláštnym typom je donášač agresora, ktorý nie je iniciatívny pri napadnutí obeť, ale pripojí sa z konformity a neraz zo strachu, že by sa inak mohol sám stať obeťou šikanovania.

Bádatelia sa zhodujú v tom, že agresivita sa vytvára už v predškolskom veku. Určitú úlohu tu hrajú temperamentné dispozície, najmä výbušnosť a impulzivnosť (silné popudy k unáhlenému, nepremyslenému konaniu) a menšia citlivosť voči možným následkom svojho konania. Tieto vlastnosti však samy o sebe nevedú k agresivite. Musí k nim pristúpiť určitý spôsob výchovy, resp. zaobchádzania s dieťaťom. Dieťaťu najviac poškodí nedostatok vreleho záujmu, citový chlad, ponižovanie, ľahostajnosť, až nepriateľstvo, prudké výbuchy negatívnych citov alebo

dokonca nenávisť. K tomu často pristupuje fyzické i psychické násilie: bitie, kruté telesné tresty, nadávky, ponižovanie. A ďalšou, rozhodujúcou „ingredienciou“ je tolerancia voči násiliu, ktorého sa dieťa dopúšťa voči vrstovníkom v škôlke, na ihrisku alebo voči súrodencom, neraz dokonca priama podpora a pochvala za násilné konanie, v ktorom rodičia vidia normálny prostriedok na dosahovanie cieľov pri správaní sa voči iným ľuďom, najmä mimo rodiny. Maj ostré lakty, čo si môžeš vydoberať, to si vydobí, zadarmo ti nikto nič nedá! To je základný kameň výchovy malého dravca. Najsilnejšiu súvislosť vedci nachádzajú medzi správaním sa otca voči dieťaťu a účasťou na šikanovaní. Malí agresori majú nepriateľských, chladných otcov, ktorí obmedzujú autonómiu dieťaťa. Vedcov zaujímala aj skutočnosť, z akých sociálnych vrstiev agresori pochádzajú. Výskumy dokazujú, že na sociálnej vrstve záleží, pretože nižší socio-ekonomický status a šikanovanie do istej miery súvisia. Tomu zodpovedajú i skúsenosti našich pedagógov. V praxi sa prichádza aj na to, že mnoho detských agresorov pochádza z rodín novej podnikateľskej „elity“. Zvyčajne majú úspešných, rýchlo (často nepoctivo) zbohatnutých rodičov, ktorí sa deťom nevenujú, ale ich rozmaznávajú astronomickým vreckovým.

Vidíme teda, že faktorov, ktoré vplývajú na to, či z dieťaťa vyrastie agresívny človek s násilníckym správaním, je veľa. Preto treba ku každému prípadu pristupovať individuálne a predovšetkým je potrebné zistiť zdroj jeho agresívneho správania.

M. Kolář (1997) uvádza tri typy agresorov - iniciátorov šikanovania:

### 1. typ agresora

Hrubý, primitívny, impulzívny, so silným energetickým pretlakom, s narušeným vzťahom k autorite, niekedy zapojený do gangov

páchajúcich trestnú činnosť. Tento agresor šikanuje masívne, tvrdo a neľútostne, vyžaduje absolútnu poslušnosť, šikanovanie používa cielene na zastrašovanie ostatných. V ich rodine sa často vyskytujú agresia a brutalita zo strany rodičov a túto brutalitu agresori ako keby vracali alebo ju napodobňovali.

## 2. typ agresora

Veľmi slušný, kultivovaný, uzavretý, úzkostlivý jedinec so sadistickými tendenciami v sexuálnom zmysle. Násilie a mučenie sú ciele a rafinované, uskutočňujú sa skôr bez prítomnosti svedkov. V rodinnej výchove sa uplatňuje dôsledný a náročný prístup, niekedy až vojenský dril bez lásky.

## 3. typ agresora

Typ „srandistu“, optimistický, dobrodružný, s pomerne veľkou sebadôverou, obľúbený a vplyvný. Šikanuje pre pobavenie seba aj ostatných, snaží sa vypichnúť „humorné“ a „zábavné“ stránky. Vo všeobecnej rovine je prítomná citová subdeprivácia a absencia mravných a duchovných hodnôt v rodine.

Stále treba mať na pamäti a zreteľ, že agresia a šikanovanie sa môžu vyskytnúť v každej škole a nie je voči nim imúnny nijaký typ školského zariadenia. Možno dokonca tvrdiť, že v súčasnosti nie je ani jedna škola, kde by sa šikanovanie aspoň v jednoduchej psychickej forme nevyskytlo. Preto žiaci, ktorí šikanujú spolužiakov, potrebujú mať presne určené hranice svojho správania, potrebujú súbor pevných a reálne splniteľných opatrení a pravidiel, z ktorých by bolo každému jasné, že šikanovanie škola nebude v nijakom prípade tolerovať. K zlomyseľným deťom nemôžeme byť takí veľkorysí, aby sme ich správanie ignorovali.



Potvrdilo sa, že ak šikanujúcemu žiakovi pomôžeme dosiahnuť úspech v niečom inom ako v šikanovaní, často so šikanovaním prestane. Ak sú však sklony k šikanovaniu zakorenené kdesi hlboko v duši dieťaťa, potom si ich potlačenie vyžaduje dlhší čas. Tu sú potrebné nielen trpezlivosť a pochopenie zo strany učiteľa, prípadne inej dospeléj osoby, ale aj ochota spolupracovať zo strany samotného dieťaťa.

### Pedagóg ako účastník šikanovania

V praxi sa často stretávame s pasívnym, vyhýbavým postojom značnej časti pedagógov k šikanovaniu. Deti sú často sklamané tým, ako málo robia učitelia proti šikanovaniu, ako ho prehliadajú, ako podceňujú utrpenie obetí, ako polovičato a neobratne ho vyšetrujú a ako málo ho trestajú. Medzi pedagógmi často prevláda postoj typu: „Nech si to deti vybavajú medzi sebou!“ . Je skutočne optimálne nechať deti, aby sa na svojich drobných sporoch učili sebakpresadzovať, robiť kompromisy, zmierovať sa atď., a to aj za cenu drobných krívd, ku ktorým pritom dochádza. V prípade šikanovania to však neplatí, šikanovanie je vždy považované za školu bezprávia, bezohľadnosti a zbabelosti.

Typickým predsudkom pedagógov - možno skôr výhovorkou, prečo nezasahujú - je názor, že pokus o riešenie by viedol len k tomu, že by sa šikanovanie ešte starostlivejšie tajilo, a inak by existovalo bez zmeny. Je potrebné si uvedomiť, že pokus o zastavenie šikanovania by aspoň žiakov ubezpečil, že pedagóg šikanovanie odsudzuje, čo má veľký morálny význam.

Zo skúseností vieme, že mnohí učitelia ochotne a otvorene dokážu o šikanovaní hovoriť, mnohí však tvrdia, že na ich škole nie je šikanovanie problém, čím sa nepriamo snažia zatvárať oči pred tak vážnym problémom. To dokazuje, že učitelia, podobne ako iní dospelí, často

nechápu, aké trýznivé je pre obeť šikanovania, keď musia znášať vulgárne nadávky a iné urážky agresorov. Učitelia mnohokrát berú vážne len viditeľné následky šikanovania : zranenia a hmotné škody.

Z takého postoja učiteľov vyplýva, že mimovoľne sympatizujú s agresormi, rešpektujú silu, ktorú reprezentujú, a dokonca môžeme hovoriť o určitom obdive k násiliu.

Pedagógovia sa neraz podieľajú na averzii a dešpekte detského kolektívu k obetiam a nedokážu svoj postoj korigovať. Tým nepriamo vyjadrujú súhlas s agresiou a podporujú ju. Učiteľ môže dokonca mimovoľne dať sám podnet k šikanovaniu, keď nesprávne použije iróniu, alebo dokonca dieťa priamo pred triedou ponižuje.

Jedným z dôvodov, prečo majú niektorí učitelia sklon šikanovanie ignorovať, a tým mu dávať priestor, je ich neschopnosť jednotlivé prípady vyšetriť a disciplinárne zvládnuť. Veľmi často im na to chýba tak odborná príprava, ako i podmienky.

### Rodič ako účastník šikanovania

Veľmi dobre už vieme, že rodinné vzťahy a výchova môžu viesť deti k tomu, že sa stanú aktívnymi alebo pasívnymi účastníkmi šikanovania. Teraz nám však ide skôr o to, akou mierou sa samotní rodičia môžu stať aktérmi šikanovania vlastných detí.

Podobne ako pedagógovia a väčšina našej verejnosti, vedia rodičia školských detí o šikanovaní málo, a podceňujú ho. Pokiaľ ich škola v rámci prevencie o probléme neinformuje a nevyzýva k spolupráci, jednoducho naň nemyslia a neuvažujú o tom, že by sa mohol dotýkať ich detí.

Rodičia agresorov sa zvyčajne vôbec nedozvedia, že ich dieťa šikanuje iné deti, pretože doma sa s tým dieťa, samozrejme, nepochváli.

Ak ich škola informuje o takom priestupku, býva to pre nich niekedy príležitosť, aby dieťa neľútosťne stíkli, čo ich agresivitu skôr podporí ako oslabí. Existujú však aj rodičia, zástancovia výchovy „ostrých lakt'ov“, ktorí bývajú voči kritike školy arogantní a na obhajobu dieťaťa uvedú hocičo, o čom si myslia, že by mohlo zapôsobiť a „pomôcť“ ich dieťaťu. Tak sa vlastne stávajú nepriamymi účastníkmi šikanovania.

Rodičia obetí sa o šikanovaní dozvedia častejšie ako rodičia agresorov. Deti „obete“ šikanovania sa totižto častejšie zdôveria so svojím problémom doma, alebo príznaky šikanovania sú také viditeľné, že si ich citliví rodičia všimnú. Deti - obeť - však svojich rodičov veľmi často prosia, aby nezasahovali, aby nič nepovedali v škole. Rodičia často takýmto požiadavkám svojich detí vyhovejú, pretože mnohokrát neveria, že učitelia budú ochotní a spôsobilí účinne zasiahnuť na ochranu ich dieťaťa a dokonca sa boja, že svojou sťažnosťou školu „nahnevajú“. Mnohí sa však domnievajú, že šikanovanie jednoducho patrí k detstvu, že je to niečo, čo sa musí pretrpieť. Vo svojej bezradnosti môžu rodičia dokonca obviňovať dieťa, že si za to môže samo a nerealisticky od neho žiadajú, aby si to samo „vybavilo“. Mnohokrát je to však nad sily dieťaťa a v bludnom kruhu ostáva samo.

Nedá nám však nespomenúť rodičov, ktorí sa sami stávajú aktérmi šikanovania vlastných detí. Stretávame sa s direktívnou výchovou, ktorá narastá množstvom požitého alkoholu, poznáme prípady sexuálneho zneužívania či týrania vlastných detí. Tu ide o zamyslenie sa nad vlastným konaním a uvedomením si dôsledkov takejto „výchovy“. Vo väčšine prípadov platí, že problémové dieťa má aj problémových rodičov, s ktorými spolupráca je vo väčšine prípadov takmer nemožná.

## 2. 2. 2 Obete šikanovania

P. Řičan (1998) uvádza, že obeťou šikanovania sa môže stať prakticky ktokoľvek. Môžu to byť deti, ktoré :

- prídu do nového, zohratého kolektívu
- vynikajú nad ostatnými vďaka určitej svojej prednosti
- hlbavé, príliš zrelé, vyspelé a ušľachtilé na infantilné vyvádzenie svojich spolužiakov
- pre svoju povahovú jemnosť neschopné „vyt' s vlkmi“
- majú veľmi dobrý vzťah k niektorému učiteľovi a triednym kolektívom sú označovaní za tzv. „šplhúňov“.

Omnoho častejšie sa však obeťami šikanovania stávajú deti s určitým handicapom. Najčastejšie sú totižto ohrozované deti telesne slabé, neobratné pri fyzickom stretnutí, teda tie, ktoré nie sú schopné pri fyzickom stretnutí ubrániť sa pred napadnutím.

Zaujímavé sú výsledky výskumov, v ktorých sa skúmalo, akú úlohu má viditeľná odlišnosť dieťaťa, nápaditosť v jeho zjave, ako sú hrdzavé vlasy, obezita či iná vzhľadová chyba. Dokázalo sa, že skutočná súvislosť medzi šikanovaním a odlišnosťou detí existuje. Vysvetľuje sa to tým, že takmer každý človek sa v niečom odlišuje od ostatných, čo si môžeme vziať ako zámienku na šikanovanie. A to robia práve agresori. Pokiaľ ide o odlišnosť, ktorá jedinca degraduje v očiach vrstovníkov (vzhľadová vada), vzniká pre neho zvýšené nebezpečenstvo, že sa stane outsiderom. Takýto jedinec je o to viac zraniteľný pri šikanovaní.

Objektom šikanovania sa môže stať aj dieťa zo sociálne slabšej rodiny, ktorého rodičia nemajú peniaze na značkové oblečenie či vysoké vreckové.

Pokiaľ ide o psychické vlastnosti, obeť šikanovania sa vyznačuje väčšinou tichou, plachou, citlivou povahou. Vo svojom konaní sa často uťahuje do seba, ustupuje pri výmene názorov. Má nízke sebavedomie, často pociťuje pocit zahanbenia, považuje sa za hlúpu, nezaujímavú pre ostatných, úmyselne sa podriaďuje ostatným. Nedokáže sa v kolektíve presadiť, veľmi citlivo reaguje na posmešky ostatných a tým sa stáva zaujímavým a zábavným objektom šikanovania. Taktiež má negatívny postoj k násiliu, ktorému sa doslova vyhýba.

Zvláštnu skupinu tvoria obeť, ktoré sú súčasne agresormi, čiže sa zúčastňujú na šikanovaní iných. Takéto deti bývajú v žiackych kolektívoch výrazne neoblíbené.

Obeťou sa často stáva dieťa, ktorému v ranom detstve bolo dopriane veľa rodičovskej lásky a nežnosti, avšak nebolo dostatočne vedené k samostatnosti. Z tohto dôvodu sa takéto dieťa mnohokrát nedokáže v detskom kolektíve dostatočne presadiť, čo sa však v neskoršom veku dá do značnej miery napraviť.

Gajdošová, Herényiová (2002) uvádzajú varovné signály, ktoré nás môžu upozorniť na to, že dieťa sa stalo obeťou šikanovania. Patria medzi ne:

- V škole je osamotené, nebaví sa so spolužiakmi, nemá kamarátov,
- je smutné, depresívne, nehovorí o tom, čo sa robí v škole či mimo nej,
- nechodí na hodiny telesnej výchovy, zostáva v triede, má neospravedlnené absencie,
- náhle sa mu zhorší prospech, je nesústredené, bez záujmu,
- pred príchodom do školy ho bolí hlava alebo brucho,
- často chodí k lekárovi a je choré,
- často prichádza do triedy až s učiteľom, cez prestávky sa pohybuje pri kabinetoch učiteľov,

- ostatní spolužiaci si z neho robia vtipy a žartíky, smejú sa z jeho neúspechov pred tabuľou, ponížujú ho a ironizujú,
- prichádza domov obkľukami, hladné, nevie vysvetliť modriny, popáleniny,
- vyhráža sa samovraždou,
- mŕňa veľa peňazí a nedokáže zdôvodniť na čo,
- bojí sa chodiť do školy alebo zo školy, žiada, aby rodičia chodili poňho autom,
- stále vraj stráca peniaze a iné cenné veci,
- odmieta sa zveriť s tým, čo ho trápi,
- začne šikanovať súrodencov

Ide o dôležité momenty, ktoré by rodič a učiteľ nikdy nemal prehliadať, ale práve naopak, skúmať ich príčiny. Len tak sa dá dieťaťu pomôcť.

### **3 ODPORÚČANIA PRE PRAX**

#### **3.1 Odporúčania pre učiteľskú a rodičovskú verejnosť**

Predkladám nasledovné odporúčania pre pedagogickú prax:

Je potrebné si uvedomiť, že riaditelia škôl majú zákonnú povinnosť stanoviť postupy, ktoré zamedzujú šikanovaniu medzi žiakmi a oboznámiť s nimi učiteľov, rodičov a žiakov. Efektívna stratégia namierená proti šikanovaniu má byť súčasťou školského poriadku a disciplíny. Postupy, ktoré budú dodržiavať učitelia, rodičia a žiaci, v prípade, že sa šikanovanie vyskytne, musia byť jasné a v škole s nimi musia byť všetci podrobne oboznámení. V tomto smere môže byť pre

školy veľkou pomocou Metodické usmernenie č. 7/2006-R z 28. marca 2006 k prevencii a riešeniu šikanovania žiakov v školách a školských zariadeniach, ktoré nadobudlo účinnosť 1. apríla 2006 a vydalo ho MŠ SR. Základným preventívnym opatrením školy je podľa tohto materiálu osvojenie si základného princípu: „*Sme škola, kde sa šikanovanie netoleruje v žiadnych podobách!*“

Začiatkom 90–tych rokov 20. storočia sa objavilo mnoho kníh, ktoré sú zamerané na pomoc školám v boji so šikanovaním (Guerin a Hennessy, 2002; Riaby, 2001; Sharp a Thompson, 2001). Ministerstvo školstva vydalo v Anglicku a Walese balíčky s materiálmi pre boj so šikanovaním (1994). V Škótsku urobila to isté Škótska rada pre výskum vo vzdelávaní (SCRE, 1992, 1993). Tieto balíčky mali školám pomôcť pri príprave komplexnej školskej stratégie, vrátane rád a materiálov pre učiteľov, ostatných zamestnancov školy a rodičov.

Balíček vydaný DFES s názvom **Netrpte v tichosti** obsahuje veľmi cenné rady a informácie určené žiakom.

Kyriacou, (2005) uvádza, čo robiť, keď sa šikanovanie na škole vyskytne:

- ohlásiť prípad triednemu učiteľovi, riaditeľovi prípadne vychovávateľovi,
- prípad vyšetriť a formulovať písomné prehlásenie,
- pohovoriť s obeťou a kontaktovať rodičov, vyjadriť poškodenému svoju podporu, navrhnúť mu možnosť niekomu sa zdôveriť,
- žiaka, ktorý šikanuje, je potrebné potrestať a kontaktovať rodičov,
- vysloviť napomenutie,
- nechať ho po škole,
- posadiť ho v triede samostatne,

- pozvať rodičov do školy,
- v prípade, že zlyhávajú všetky predchádzajúce spôsoby, je potrebná konzultácia s výchovným poradcom a riešiť prípad na základe princípu spoločného záujmu,
- ak zlyháva aj táto možnosť, treba sa obrátiť na riaditeľa školy, PPP, ktorí môžu daný problém do viesť do konca.

Ďalej uvádza **rady pre žiaka, ktorému je ubližované:**

- Buď neústupný a rozhodný: pozeraj sa tomu, kto ti ubližuje, rovno do očí a povedz, nech to nechá.
- Čo najrýchlejšie odíď.
- Niekomu dospelému hneď povedz, čo sa ti stalo.

**Rady pre žiaka, keď už k ubližovaniu došlo:**

- Povedz to učiteľovi alebo inému dospelému v škole.
- Povedz to rodičom.
- Pokiaľ máš strach zdôveriť sa učiteľovi alebo niekomu inému, sám požiadaj kamaráta, aby išiel s tebou.
- Rozprávaj tak dlho, dokiaľ ťa niekto nevypočuje.
- Nezhadzuj vinu za to, čo sa ti stalo, na seba.

**Ak budeš o šikanovaní hovoriť s niektorým dospelým, povedz jasne:**

- Čo sa stalo.
- Ako často sa to stávalo.
- Kto bol pri tom.
- Kto to videl.
- Kde sa to stalo.
- Čo si v tomto smere už podnikol.



Balíček DfES taktiež poskytuje **rady pre rodičov** a odporúča, ako majú zakročiť, **keď ich deti šikanujú iných:**

- S dieťaťom si pohovorte, vysvetlite mu, že to, čo robí, ostatným ubližuje.
- Požiadajte ostatných členov rodiny, aby sa nechovali hrubo a nepoužívali k dosahovaniu vlastných cieľov agresívne správanie.
- Poradte dieťaťu, ako sa môže zblížiť s ostatnými s tým, aby už nikdy nevyužíval šikanovanie.
- Dohodnite si schôdzku s triednym profesorom a vysvetlite mu problémy, ktorými vaše dieťa trpí a preberte s ním, ako by ste mohli vy a škola zabrániť dieťaťu v uskutočňovaní ďalšieho šikanovania.
- Dieťa veľmi chváľte a oceňte, keď spolupracuje a začína sa chovať dobre a slušne k ostatným ľuďom.

Prvý balíček SCRE (1992) priniesol niektoré rady, **ktoré môžu učiteľom pomôcť, keď sa v škole so šikanovaním stretnú:**

- Zachovajte klud.
- Zodpovednosť je na vašej strane, emotívne reakcie môžu žiaka, ktorý šikanuje, iba pobaviť a umožnia mu ovládnuť situáciu.
- Berte incident alebo správu o ňom celkom vážne.
- Čo najrýchlejšie začnite pracovať na postupe, ako tento jav v jeho správaní odstrániť. Dobré si rozmyslite, či by daná situácia mala byť riešená súkromne alebo verejne. Zistite, ktorí žiaci sú do danej situácie zapletení.
- Vyjadrite postihnutému svoje pochopenie: nesmie sa cítiť trápne alebo hlúpo.
- Ponúknite postihnutému konkrétnu pomoc, radu alebo podporu.
- Žiakovi, ktorý šikanuje, jasne naznačte, že s jeho chovaním nesúhlasíte.

- Pomôžte žiakovi, ktorý šikanuje, pozrieť sa na problém očami toho, ktorého sa šikanovanie dotýka.
- Pokiaľ musíte, žiaka, ktorý šikanuje, potrestajte, ale je potrebné dávať si veľký pozor na to, ako to urobíte: agresívna reakcia totižto signalizuje, že kto má moc, má i právo šikanovať.
- Veľmi jasne treba žiakovi vysvetliť, ako a prečo ho trestáte.

### **Zapojenie ostatných:**

- Záležitosť oznámte vedeniu školy alebo inej zodpovednej osobe, napríklad výchovnému poradcovi alebo triednemu učiteľovi.
- Informujte kolegov, pokiaľ k incidentu došlo v prostredí, v ktorom by všetci mali byť opatrní, napríklad na WC.
- Pošlite rodičom jasnú a výstižnú správu a uistite ich, že máte záujem prípad riešiť za ich pomoci.

### **Záverečné kroky:**

- Dávajte si pozor, aby ste incident v kolektíve ďalej nepripomínali.
- Pokiaľ odhalíte spúšťač faktor, pokúste sa vopred novému výskytu incidentu zabrániť.

### **Čo nesmieme urobiť:**

- Obet' odmietnuť, ale na druhej strane ani ju úzkostlivo chrániť, najmä vtedy, ak si chce pomôcť sama.
- Považovať žiaka, ktorý šikanoval, za neustále zlého: pokúste sa s ním individuálne a objektívne zhodnotiť jeho vlastné správanie.
- Pokúsiť sa utajiť incident pred rodičmi obeti alebo žiaka, ktorý šikanoval.
- Pozvať si rodičov do školy, pokiaľ nemáte pripravený konštruktívny plán, ktorý môžete obidvom stranám predložiť.

### **Dôvody neoznámenia šikanovania obet'ami:**

Z mnohých štúdií vyplýva, že zásadným problémom v boji proti šikanovaniu je odpor obetí dané incidenty hlásiť. Štúdia šikanovania na jednej strednej škole spracovaná Sewellom (1999) označila osem typických dôvodov, prečo žiaci šikanovanie učiteľom neoznámili:

- Mysleli si, že v ich prípade nejde o šikanovanie.
- Mali zmysel pre triedny kolektív a cítili, že by to bol od nich voči spolužiakom podraz.
- Báli sa odplaty žiaka, ktorý ich šikanuje alebo iných spolužiakov.
- Predpokladali, že spoločnosť od nich očakáva, že budú schopní sa o seba samostatne postarať a hanbili sa priznať, že sú obeťou šikanovania.
- Mysleli si, že k šikanovaniu dochádza iba ich vlastnou vinou.
- Boli schopní zvládnuť šikanovanie vlastnými silami alebo ho znášať.
- Nemali dostatok príležitostí pohovoriť si s učiteľom.
- Boli presvedčení, že problém nemá žiadne reálne riešenie, a preto im nikto nebude môcť pomôcť.

### **Prístup školy k boju proti šikanovaniu:**

Z mnohých výskumov sa dozvedáme, že vypracovanie celoškolskej stratégie v boji proti šikanovaniu je nevyhnutné. Má veľký vplyv znižovať mieru šikanovania a vo veľkej miere napomáha šikanovaným žiakom. Súčasne sa však dokázalo, že tieto programy a stratégie sú účinnejšie na základných školách ako na stredných školách.

Súbor programov, ktoré sú zamerané na boj proti šikanovaniu, navrhuje postupy, ktoré sa so šikanovaním zaoberajú už v rámci obecného kurikula PSHE. Napríklad balíček DFEs vymenúva celý rad kľúčových otázok, ktoré je vhodné pri riešení tohto problému si položiť:

- Čo je to šikanovanie?
- Čo je príčinou šikanovania?
- Ako sa cíti šikanovaný žiak a ako žiak, ktorý šikanuje?
- Aký dopad má šikanovanie na šikanovaných žiakov, tých, ktorí šikanujú a na pozorovateľov šikanovania?
- Aká by bola naša škola, keby šikanovanie tolerovala?
- Prečo nemáme šikanovať jeden druhého?

### **Spolupráca medzi organizáciami:**

Tu je dôležité poznamenať, že šikanovaním sa nemôže zaoberať iba škola, ale musí spolupracovať s rôznymi organizáciami: charitatívnymi, zdravotníckymi či organizáciami, ktoré sa zaoberajú duševným zdravím človeka. Ich spoluprácou vzniklo množstvo poradenských a asistenčných služieb (dvojstranných pohovorov, telefonických liniek pomoci a webových stránok). Na základe ich vzájomnej spolupráce vznikli podnety na tieto aktivity, ktoré môžu zamedziť šikanovaniu na školách:

- Celoškolský program boja so šikanovaním – všetci zamestnanci školy musia byť oboznámení s bojom školy proti šikanovaniu. Do programu je potrebné zapojiť žiakov aj rodičov. Program proti šikanovaniu musí byť prístupný v zborovni, na školských nástenkách a v školských knižniciach.
- Pozitívny duch školy – boj školy proti šikanovaniu silno podporuje pozitívna školská atmosféra, pretože ak v nej žiaci žijú, tým skôr si sú schopní uvedomiť, že nechcú ubližovať iným a cítia potrebu chovať sa k sebe navzájom pozitívne.
- Pozor na unáhlené závery – vo svojich súdoch musíme byť veľmi opatrní, musíme veľmi pozorne počúvať, čo nám je rozprávané zo strany zúčastnených a súčasne by sme si mali ich výroky a tvrdenia overiť u ostatných.

● Pracovné krúžky – v krúžkoch tohto zamerania sa žiaci stretávajú preto, aby identifikovali problémy a navrhli riešenie. Daný proces sa skladá z piatich základných krokov, ktoré sa cyklicky opakujú:

- identifikácia problému,
- vypracovanie analýzy problému,
- navrhnutie riešenia,
- prednesenie navrhnutého riešenia,
- zhodnotenie navrhnutého riešenia.

### **Sledovanie situácie:**

Je dôležité, aby sme na škole venovali veľkú pozornosť monitorovaniu prípadného šikanovania, na základe ktorého budeme schopní dospieť k záveru, že šikanovanie sa vždy odohráva podľa určitých vzorov, v určitom čase, na určitom mieste a obeťami šikanovania sa stávajú spravidla tie isté typy žiakov.

### **Zmierenie:**

Ide o taký spôsob riešenia šikanovania, pri ktorom pomáhame aktérovi šikanovania a jeho obeť riešiť vzniknutý problém spoločnými silami. Tu patria tri základné spôsoby riešenia danej situácie:

- metóda spoločného záujmu
- metóda bez obvinených
- metóda žiackej poradne

### ***Metóda spoločného záujmu***

Tento prístup bol navrhnutý Pikasom (1989), ktorý sa snaží viesť žiakov k tomu, aby si sami uvedomili, že šikanovanie je potrebné riešiť. V prvej fáze vedie učiteľ nekonfrontačný rozhovor so skupinou

šikanujúcich. Jednotlivých žiakov posudzuje jednotlivo v rozhovoroch, ktoré trvajú približne 10-20 minút. Učiteľ postupuje podľa vopred daného scenára a vedie jednotlivých žiakov k tomu, aby pripustili tú možnosť, že sa obeť trápi a aby vyjadrili svoju ochotu pomôcť napríklad tým, že si obeť v budúcnosti nebudú všímať alebo si k nej dokonca nájdu svoju cestu. V druhej fáze vyjadrí učiteľ počas rozhovoru obeť šikanovania svoju podporu. Ak sa jedná o obeť, ktorá šikanovanie provokuje, pokúsi sa mu učiteľ vysvetliť, že takýmto spôsobom chovania problém iba zhoršuje a poradí mu, čo má v tomto smere urobiť a ako sa má zmeniť. V tretej fáze si učiteľ pohovorí tak so šikanovaným žiakom, ako aj s jeho obeťou. Tento rozhovor sa odohráva asi o týždeň neskôr. Vo štvrtej fáze sa stretávajú všetci zúčastnení žiaci a spoločne sa dohodnú, že sa v budúcnosti budú správať rozumne.

### ***Metóda bez obvinených***

Tento prístup je podobný, ale menej náročný ako prístup spoločného názoru v tom zmysle, že v tomto prípade sa kladú menšie nároky na kvalifikáciu pedagóga a na postup, ktorý je potrebný v tejto metóde dodržiavať. Robinson a Maines (1998) popisujú základné kroky tejto metódy:

- pohovoriť si s obeťou šikanovania,
- zorganizovať schôdzku všetkých zúčastnených,
- vysvetliť problém,
- vysvetliť zúčastneným, že za riešenie problému sú zodpovední všetci rovnako,
- požiadať zúčastnených o návrhy riešenia,
- nechať rozhodnutie na nich,
- zísť sa s nimi opäť a overiť si situáciu.

### ***Metóda žiackej poradne***

Táto metóda sa snaží viesť týraného žiaka k tomu, aby o svojich problémoch povedal spolužiakovi, ktorý má túto poradňu na starosti. V žiackych poradniach by mali pracovať žiaci, ktorí majú schopnosť aktívne počúvať a nezneužívajú svoje pozície. Mali by mať dôveru ostatných spolužiakov a ich záujmom by malo byť vyriešenie šikanovania medzi spolužiakmi bez prítomnosti dospeljej osoby.

### **Školskí poradcovia**

Je na škodu veci, že počet škôl, ktoré majú školských poradcov, je veľmi malý. Prieskumy však ukázali, že práve títo odborníci môžu mieru výskytu šikanovania na školách znížiť. Odborne dokážu pomôcť šikanovaným vyrovnáť sa s touto skutočnosťou a osvojiť si spôsoby na obranu proti konfliktu. Takisto ich učia zvládnuť stratégie, ktoré znižujú riziko odmietnutia šikanovaných spolužiakov a dokážu ich naučiť vysporiadať sa s krutým, agresívnym chovaním spolužiakov.

### **Zapojenie nepriamych účastníkov**

Často sa stáva, že svedkami šikanovania sú žiaci, ktorí nie sú jeho priamymi účastníkmi. Týchto žiakov však môžeme požiadať, aby k šikanovaniu zaujali svoje stanovisko: aby vyjadrili svoj prípadný nesúhlas so šikanovaním, aby o danom probléme povedali učiteľovi, aby sa s agresorom šikanovania prestali kamarátiť...

### **Tréning asertivity pre týraných žiakov**

V minulosti prebehlo viacero pokusov, ktorých cieľom bolo zapojiť týraných žiakov do kurzov asertívneho chovania, v ktorých sa mali

naučiť nesťažovať sa a nepodliehať situáciám, keď ich niekto zosmiešňuje alebo uráža. Týmito tréningami mali obeť šikanovania získať silu a naučiť sa, ako na šikanovanie reagovať nie násilne a spôsobom, ktorý situáciu nezhorší, ale práve naopak ju zmierni. Naučia sa veľmi vhodne a príliehavo využívať asertívnu frázu typu „, Nepáči sa mi, čo robíš a chcem, aby si to už nerobil.“ Lines (2001) tvrdí, že schopnosť reagovať na posmešky a nadávky pomocou trefných, vtipných poznámok patrí k účinným spôsobom obrany.

### **Zameranie sa na žiakov, ktorí by sa mohli stať obeťami šikanovania**

Z praxe už pedagóg dokáže predpokladať, ktorým žiakom hrozí nebezpečie, že sa stanú obeťou šikanovania. Ide o žiakov napríklad s rečovou vadou, ryšavou farbou vlasov, inou farbou pleti, žiakov s nadváhou... Učitelia by preto mali veľmi pozorne sledovať, či práve týmto žiakom nie je ubližované, no súčasne by na nich v triede nemali upozorňovať.

Z vlastných skúseností vieme, že problém šikanovania má viaceré úskalia a nedostatky.

Uvádzame tie, s ktorými sme sa osobne stretli v riešení tohto problému, prípadne inými prejavmi poruchového správania žiakov stredných škôl:

- Neochota, nedôvera komunikácie žiakov so svojimi učiteľmi.
- Veľmi nízka spolupráca rodičov so školou (často totižto platí, že keď je problémový žiak, ešte problematickejší býva rodič, pretože práve on svojou nesprávnou výchovou či vzorom správania spôsobuje rovnaké správanie u svojho dieťaťa).
- V odbornej literatúre sa často hovorí o potrebe školského psychológa na školách, ale táto pozícia neustále absentuje, hoci žiakov



s problémovým správaním neustále pribúda. Na škole tak chýba odborník, ktorý by dokázal dané problémy kompetentne riešiť.

- Výchovní poradcovia majú na svoju prácu minimálny časový priestor. Neexistuje totižto iba problém šikanovania, ktorý musí výchovný poradca riešiť. Navrhujeme, aby bola výchovnému poradcovi vyučovacia povinnosť znížená vo väčšej miere v tom prípade, ak na škole nepracuje školský psychológ.

- Školám sa doporučuje úzka spolupráca s PPP, ktoré však nestíhajú riešiť problémy jednotlivých škôl, čo spôsobuje, že konkrétny prípad a jeho riešenie sa dlho odkladá, čo vzbudzuje u žiakov a rodičov pocit, že sa s problémom nič nerobí.

- Osvedčená je spolupráca s konkrétnymi odborníkmi formou prednášok či besied. Avšak aj tu absentuje dostatok tých, ktorí sú školám ochotní poskytnúť dané služby.

- Taktiež sme dospeli k záveru, že existuje veľká nejednotnosť v riešení problémov v správaní sa žiakov na jednotlivých stredných školách a ich postihoch. Uvedomujeme si, že jednotný spôsob riešenia problémov žiakov s poruchami v správaní neexistuje, každý prípad je iný, ale žiaci by mali vopred vedieť, čo im hrozí, ak budú ubližovať druhým, nechodiť do školy, užívať drogy...

Záverom môžeme konštatovať, že v oblasti prevencie šikanovania a ďalších poruchových foriem správania sa žiakov sa vo svete i na Slovensku už urobilo a robí veľa. Avšak zároveň musíme akceptovať fakt, že neustále narastá výskyt sociálno-patologických javov a preto je stále veľmi aktuálne naďalej pokračovať v multirezortnom úsilí realizovať prevenciu sociálno-patologických foriem správania žiakov až do obdobia dospelosti.

## ZÁVER

Cieľom vydania metodickéj príručky bolo na základe získaných odborných, praktických vedomostí poukázať na vysoko aktuálny problém medzi žiakmi, ktorým je šikanovanie. Snažili sme sa tento problém v teoretickej rovine opísať, vysvetliť, pretože keď ho chceme riešiť, musíme mu predovšetkým rozumieť. Jednoznačne sa dokázalo, že šikanovanie na našich školách skutočne existuje. Ide o komplexný problém pedagogický, psychologický, sociologický a predovšetkým mravný.

Snaha pochopiť tento jav a hľadať cesty k náprave stavia do ostrého svetla všetky nedostatky školského systému v širšom sociokultúrnom okruhu, ale aj bolestné nedostatky a nebezpečné rozkladné trendy celej spoločnosti, ktorými sú najmä strata solidarity silných so slabými, pochybné chápanie demokracie ako priestoru osobnej ľubovôle, podkopávanie princípu autority, uvoľnenie a ochladnutie rodinných vzťahov a trávenie neúmerneho voľného času nekultúrnou pasívnou zábavou.

Chceli sme upozorniť na to, že šikanovanie existuje a je potrebné ho riešiť. Nemôžeme zakrývať drsnú, surovú realitu plnú agresie a násilia a dúfať, že dané problémy sa nejako vyriešia samé. Je potrebné urobiť všetko preto, aby sa im predchádzalo a riešili sa už v zárodku a nie až vtedy, keď nadobudnú nežiadúce rozmery.

Existuje mnoho spôsobov riešenia daného problému. Na niektoré z nich sme sa snažili poukázať. Veď sú to predovšetkým učitelia a rodičia, ktorí sa majú snažiť o to, aby sa škola stala miestom, kde sa naplňa právo detí žiť v bezpečí a slobodne, aby škola mohla byť skutočnou dielňou ľudskosti a vzdelávania.

## ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

- Ághová, Ľ.: Hygiena, Osveta, Martin 1993
- Bartko, I.: Moderná psychohygiena, FF UK skriptá, 1990
- Čálek, O.: Možnosti poradenskej pomoci pri prevencii výchovných obtíží. Praha: Karolinum, 1992.
- Ďurič, L. – Grác, J. – Štefanovič, J.: Pedagogická psychológia. Jaspis, Bratislava 1991.
- Elliott, J. – Place, M.: Dítě v nesnázích. Grada, Praha 2002.
- Elliottová, M.: Jak ochánit své dítě. Portál, Praha 1997.
- Fontana, D.: Psychologie ve školní praxi. Portál, Praha 1997.
- Frielingsdorf, K.: Agrese vytváří vztahy. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří 2000.
- Gajdošová, E., Herényiová, G.: Škola rozvíjania emocionálnej inteligencie žiakov. Príroda, Bratislava 2002.
- Hort, V. – Hrdlička, M. – Kocourková, J. – Malá, E. a kol.: Dětská a adolescentní psychiatrie. Portál, Praha 2000.
- Jakubčic, I.: Základy vývinovej psychológie. Iris, Bratislava 2002.
- Kollárik, T.: Sociálna psychológia. SPN, Bratislava 1992.
- Kolář, M.: Bolest šikanování. Portál, Praha 2001.
- Kucharská, A., ed.: Specifické poruchy učení a chování. Sborník 1997-98, Portál, Praha, 1998.
- Kyriacou, Ch.: Řešení výchovných problémů ve škole. Portál, Praha 2005.
- Matula, Š.: Poruchy správania učňovskej mládeže a možnosti ich ovplyvňovania v systéme výchovného poradenstva; VÚDPaP, Bratislava 1983

Metodické usmernenie č. 7/2006-R z 28. marca 2006 k prevencii a riešeniu šikanovania žiakov v školách a školských zariadeniach, MŠ SR Bratislava, 2006

MILÉNIUM – Koncepcia rozvoja výchovy a vzdelávania v SR na najbližších 15-20 rokov, MŠ SR 2001

Mezinárodní klasifikace nemocí. 10. Revize. Duševní poruchy a poruchy chování.

Říčan, P.: Agresivita a šikanovanie medzi deťmi. Educatio, Trnava 1998.

Sevee, S.: Co dělat, aby se vaše děti správně chovaly. Portál, Praha 2000.

Train, A.: Nejčastější poruchy chování dětí. Portál, Praha 2001.

Vágnerová, M.: Psychopatologie problémového dítěte a jeho výchova v rodině. Avicenum, Praha 1996.

Zelina, M.: Kvalita školy. Metodické centrum, Bratislava 1992.

Zelina, M.: Humanizácia školstva. Psychodiagnostika, Bratislava 1993.

Zelina, M.: Stratégie a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa. Bratislava, Iris 1996.

Zelina, M.: Teórie výchovy alebo hľadanie dobra. SPN-Mladé letá, Bratislava 2004.