

Jak poznám, že je dítě šikanováno, a co mohu dělat?

Šikana je záměrné a opakované ubližování, kdy se oběť není schopná bránit. Ne všechny děti jsou ve škole šikanovány, ale potkat to může každé z nich. Vnímavý rodič si změny v chování dítěte vyvolané zkušeností se šikanou může všimnout jako první.

Všímejte si zejména těchto projevů:

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo).
- Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno při bedlivější pozornosti pozorovat strach.
- Ztráta chuti k jídlu.
- Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem.
- Dítě chodí domů ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na svačinu).
- Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
- Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně.
- Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě.
- Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.

- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma.
- Své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

Co mohu dělat?

Pokud se vaše dítě ve třídě necítí dobře, bojí se chodit do školy, stěžuje si na atmosféru a myslí si, že vztahy ve třídě jsou problematické – to znamená, že někdo někomu jinému nebo přímo jemu ubližuje (opakovaně, často, různými způsoby), mluvíte s ním o tom, projevte mu důvěru a podporu. Hledejte společně cestu k řešení situace.

Rovněž by bylo dobré si o tom promluvit s lidmi, kteří situaci ve třídě mohou přímo ovlivnit. Jděte za třídním učitelem, metodikem prevence, výchovným poradcem, ředitelem školy nebo jiným učitelem, ke kterému máte důvěru.

Co když šikanuje moje dítě?

Málokterý rodič by si přál slyšet, že jeho dítě ubližuje někomu jinému. Nicméně i takovouto zprávu můžete ze školy obdržet. V takové nelehké situaci je důležité nedělat unáhlená rozhodnutí. Vstřícnost a ochota ke spolupráci vám umožní se v situaci rychle a dobře zorientovat a minimalizovat nepříjemné důsledky průběhu šetření.

Poznat, že mé dítě je iniciátorem šikany, je těžké. Šikanovat totiž mohou i děti, do kterých bychom to nikdy neřekli. Mohou to být jak děti agresivní, sebestředné, prospěchově propadající, jedničkáři, děti z rodin sociálně potřebných, ale i z rodin s vysokou ekonomickou úrovní. Mají však něco společného, něco jim chybí. Obvykle to bývá hlubší emocionální vztah v rodině a dostatek pozitivní pozornosti od rodičů. Z toho vyplývá, že jestliže chci, aby se mé dítě k ostatním chovalo lidsky, je dobré pravidelně se dítěti věnovat, kontrolovat kde a s kým se stýká a jeho volný čas smysluplně vyplnit.

Jestliže vaše dítě bylo opravdu aktérem šikany, může být jeho chování voláním o pomoc v těžké životní situaci nebo nevhodným způsobem sebeprosazování. Pro jeho další pozitivní psychosociální vývoj je důležitá pomoc odborníka - např. střediska výchovné péče, pedagogicko-psychologické poradny, dětského psychologa.

Převzato z: www.minimalizacesikany.cz

Pro více informací:

KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

www.minimalizacesikany.cz

www.rodicovskalinka.cz

www.sikana.org

www.zachranny-kruh.cz