

## Informační leták pro žáky ZŠ

**Nikdo nemá právo druhému ubližovat!**

Spolužáci se k tobě chovají nepřátelsky, ubližují ti a ty nevíš, jak dál.

Víš o někom, kdo je šikanován, a je ti ho líto.

**PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA UČITELEM, KTERÉMU DŮVĚŘUJES  
(ŠKOLNÍM METODIKEM PREVENCE, VÝCHOVNÝM PORADCEM).**

**Co je to šikanování?**

Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci. Ale může ti znepríjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšimli si tě.

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.

**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:

- **Obrat' se na učitele, kterému důvěřuješ. Může ti skutečně pomoci, bude ti věřit a neprozradí tě.**
- **Svěř se svým rodičům.**
- **V případě, že nenajdeš odvalu říct to ani svým rodičům, zavolej na pražskou Linku bezpečí, telefon 800 155 555 nebo 116 111. Bezplatně můžeš telefonovat z celé republiky. Nepotřebuješ k tomu peníze ani telefonní kartu. Tito lidé ti budou věřit, protože nejsi sám, komu se něco podobného děje.**

## Informační leták pro rodiče

### Jak ochránit své dítě před šikanou

#### Co je to šikanování?

Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým.

V počátku se to děje nenápadně, prostřednictvím různých legráček 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) nebo kruté psychické násilí, někdy oboje dohromady.

Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem.

#### Jak dítě zachránit?

- Nepřehlédněte varovné signály!(viz Přímé a nepřímé znaky šikany)
- Poskytněte dítěti maximální oporu.
- Neprodleně kontaktujte či navštivte školu (ředitelku, třídního učitele, školního metodika) a sdělte jim své podezření.
- V závažnějších případech navažte kontakt s odborníkem.

#### Jaké odborníky kontaktovat?

- *Pedagogicko-psychologickou poradnu ve Frýdku – Místku 558 432 087*
- *Linka bezpečí - rodičovská linka 840 111 234*
- *Bílý kruh bezpečí 257 317 110*
- *Občanské sdružení proti šikanování www.sikana.org*
- *Dětské krizové centrum 241 484 149*

Eva Foukalová