



# Naše dítě je ve škole šikanováno? To není možné!

Kdokoli z rodičů může tuto větu slyšet od učitele ve škole nebo trenéra v kroužku.

To není možné. Moje dítě by se určitě nenechalo šikanovat, napadne některého rodiče. Jestliže se však tuto závažnou informaci dovíte, buďte citliví ke svému potomkovi, buďte mu oporou, nebagatelizujte tuto situaci, řekněte mu, jaké kroky podniknete na jeho podporu. **Nevyčítejte mu, že se nedokázal bránit.** Nemohl.

Co to vlastně šikana je? Je to opakující se fyzické nebo psychické ubližování druhému s cílem ponížit, ublížit, získat moc. Obvykle šikanuje někdo, kdo sám má strach z nepřijetí a svou brutalitou tento strach a obavy zakrývá. Jeho obětí může být kdokoli. Stačí jen najít jeho slabinu. Jestliže se jedná o šikana ve třídě, jsou jejími aktéry i spolužáci. Ví o ní, ale ne vždy mají z nějakého důvodu sílu, nebo zájem zasáhnout. Často proto při odhalení šikany potřebují odbornou pomoc všichni zúčastnění. Ve všech totiž šikana může nechat pocity sebeobviňování, studu, bezpráví, nejistoty.

Mohu své dítě před šikanou ochránit? Nevím. Mohu ho, ale připravit na to, že se může stát, že mu někdo bude ubližovat, naučit ho, jak se adekvátně a přiměřeně bránit, např. nestydět se a nebát se požádat o pomoc, pěstovat přiměřené sebevědomí. Je důležité zajímat se o to, s kým kamarádí, co se s ním děje.

Nejčastější příznaky, že je dítě šikanováno, jsou **náhlé změny chování, stranění se kamarádů, nebo naopak noví kamarádi, zhoršení prospěchu, zhoršení písma, častější nemocnost, větší potřeba peněz, výmluvy** atd. Jakmile máte podezření, že něco není v pořádku, udělejte si čas a povídejte si s ním. Dojděte do školy a zeptejte se, zda si něčeho nevšimli i učitelé. Neotálejte. Čím dříve se vše vysvětlí, tím dříve bude vašemu dítěti lépe a šikana zanechá menší následky.

**Více informací naleznete např. v publikacích Portálu:**

K. Vágnerová : Minimalizace šikany, praktické rady pro rodiče

M. Kolář: Bolest šikanování

**Webové stránky:**

[www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz)

[www.sikana.org](http://www.sikana.org)

[www.sikana.cz](http://www.sikana.cz)

Radí paní ředitelka Markéta Bajerová, ZŠ Záhoří