

Základní škola Kutná Hora, Kamenná stezka 40



ŠKOLNÍ PROGRAM PROTI ŠIKANOVÁNÍ 2025/2026

Obsah	Školní program proti šikanování.....	Chyba! Zázložka není definována.
1. Program proti šikaně.....		3
2. Program proti kyberšikaně.....		9
3. Schránka důvěry		13

1. Program proti šikaně

Šikanování je mimořádně nebezpečná forma násilí, která ohrožuje naplňování zásad a cílů vzdělávání ve škole a školském zařízení.

Na rozdíl od jiných druhů násilí, se kterými se setkáváme ve školním prostředí, je šikana zvláště zákeřná, protože často zůstává dlouho skrytá. Tak i při relativně malé intenzitě šikany může u jejích obětí docházet k závažným psychickým traumatům s dlouhodobými následky a k postupné deformaci vztahů v kolektivu.

Vybrané části z metodického pokynu (Č.j. MŠMT-21149/2016)

- **Škola má jednoznačnou odpovědnost za děti a žáky.** V souladu se školským zákonem jsou školy a školská zařízení povinny zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit a současně vytvářet podmínky pro jejich zdravý vývoj a pro předcházení vzniku rizikového chování (sociálně patologických jevů). Z tohoto důvodu pedagogický pracovník šikanování mezi žáky předchází, jeho projevy neprodleně řeší a každé jeho oběti poskytne okamžitou pomoc.
- **Škola má ohlašovací povinnost při výskytu šikany v následujících případech:**
 - dojde-li v souvislosti se šikanou k jednání, které by mohlo naplňovat znaky přestupku nebo trestného činu, obrací se škola na Policii ČR.
 - dojde-li k šikaně v průběhu vyučování, má škola povinnost tuto skutečnost oznámit zákonnému zástupci jak žáka, který byl útočníkem, tak žáka, který byl obětí.
 - škola ohlašuje orgánu sociálně právní ochrany dětí takové skutečnosti, které nasvědčují tomu, že dítě je v ohrožení buď proto, že ho ohrožuje někdo jiný nebo proto, že se ohrožuje svým chováním samo.
- **Pedagogický pracovník**, kterému bude znám případ šikanování a nepřijme v tomto ohledu žádné opatření, **se vystavuje riziku trestního postihu pro neoznámení**, případně nepřekažení trestného činu.
- Nejúčinnějším způsobem, jak ochránit děti před šikanou, je vytvoření **školního programu proti šikanování**. Ten si tvoří každá škola sama a zahrnuje v sobě metody řešení a další opatření zaměřená přímo na nápravu šikanování. Předpokladem jeho fungování je dobrá všeobecná prevence rizikového chování ve škole. Ředitel školy se musí orientovat v metodice, organizaci a právní problematice šikanování, dále by měla mít škola má vyškoleného alespoň jednoho odborníka pro koordinaci a následně i pro řešení šikany (zpravidla školní metodik prevence).
- Školní program proti šikanování má 13 komponent (hlavních součástí).
- Škola má k dispozici pro zastavení násilí agresorů **běžná, ale i mimořádná nápravná opatření**:
 - napomenutí a důtka třídního učitele či ředitele školy,

- podmíněné vyloučení a vyloučení ze školy (nelze použít v případě žáka, který plní povinnou školní docházku),
- snížení známky z chování, převedení do jiné třídy, - individuální výchovný plán pro agresora apod.
- Doporučuje se dále **pracovat zvláště s agresorem i s obětí šikany a dále pracovat s celým třídním kolektivem**. Je nezbytné vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina či menšina) apod.
- V případech podezření nebo již prokazatelných projevů šikany, které nejsou bezodkladně a uspokojivě řešeny v pravomoci pedagogických pracovníků včetně školního metodika prevence či výchovného poradce, je zcela na místě **obrátit se na ředitele příslušné školy nebo školského zařízení**.
- Pokud se však projeví nečinnost i ze strany ředitele a postup školy v řešení šikany je nedostatečný, je možné jednat v této záležitosti se zřizovatelem školy nebo podat stížnost na školu České školní inspekci (dále jen „ČŠI“). Stížnost podaná písemně, osobně nebo v elektronické podobě se přijímá na všech pracovištích ČŠI.

Co to je šikanování

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a opakované užití fyzických a psychických útoků jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít i formu sexuálního obtěžování až zneužívání.

Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- O přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Stává se uzavřeným.
- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
- Zašpiněný nebo poškozený oděv.

- Stále postrádá nějaké své věci.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřenin, modřin, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.
- (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přízpůsobovací konflikty nejsou vzácností!)

Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet. Rozhodujícím kritériem je, do jaké míry je daný žák konkrétní přezdívkou nebo "legrací" zranitelný.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávistným, nebo pohrdavým tónem.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich.
- Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

Rodiče žáků by si měli všimnout především těchto možných signálů šikanování:

- 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 i pozorovat strach.
- Ztráta chuti k jídlu.
- Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí 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 více než mělo ve zvyku.

Č.j. MŠMT-21149/2016

Postup školy v případě podezření na šikanu

- **Konfrontovat** svá pozorování nebo ohlášení s ostatními kolegy.
- **Oznámit** své podezření vedení školy, **konzultovat** další postup. Dohodnout se, kdo povede vyšetřování, popřípadně přizvat psychologa.
- Mezi čtyřma očima **vyslechnout** více nezaujatých **svědků** / spolužáků /. Vést **písemný záznam**, porovnávat, věnovat pozornost nesrovnalostem v časech a místech.
- **Spojit se s rodiči případné oběti**, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany. Požádat je o spolupráci.
 - **Vyslechnout oběť** – citlivě, zcela diskrétně, zaručit bezpečnost a důvěrnost informací. Vše zapisovat nebo nahrávat.
- **Vedení rozhovoru s obětí šikany** (zpracováno podle Mgr. Jiřího Maléře)
 1. Přijde-li žák sám ohlásit ubližování, **nepoužívat** při rozhovoru slovo **šikana**.
 2. Pochválit ho za to, že našel odvahu přijít. Nepoužívat větu „Jsem ráda, že jsi přišel“, ale „To je dobře, že jsi za mnou přišel“.
 3. Nevím, jestli bych já tohle ve tvém věku dokázala (nenálepkovat, že je obětí)
 4. Není někdo ve tvé třídě, kdo prožívá něco podobného jako ty? (Dělat trochu nevědomého, nechápavého)

5. Je tam někdo, komu je ubližováno a někdo kdo mu ubližuje?
 6. Kdo to tam dělá?
 7. Kdo to vlastně vymýšlí?
 8. Teprve potom zahájit výslech **co, kdy, kde, kdo, jak a proč?** Jak dlouho to trvá?
- **Vyslechnout agresory** – překvapit je rozhovorem mezi čtyřma očima, znemožnit domluvu výpovědí. Vytipovat nejslabší článek, dovest k přiznání či vzájemnému obviňování.
 - Požádat vedení školy o **svolání výchovné komise** (vedení školy, výchovný poradce, školní metodik prevence, třídní učitel, psycholog). Ta posoudí na základě shromážděných informací, zda se jedná o šikanu a jaký je stupeň závažnosti, navrhne další postup vůči obětem, agresorům i třídě jako celku. Konzultovat případné tresty.
 - **Pozvat** individuálně k jednání **rodiče agresorů**, seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření a požadat je o spolupráci. Pokud odmítají, **zvážit oznámení Policii ČR** – závisí na věku agresorů, na intenzitě a závažnosti šikany.
 - **Rozebrat situaci se třídou**, prodiskutovat, vysvětlit nebezpečnost a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků.
 - Pokud se situace vyřeší pouze odchodem některých žáků, měl by **odejít agresor, a nikoli oběť**.
 - **Postihnout agresora** v souladu se Školním řádem

Při řešení by se škola měla vyvarovat těchto nevhodných postupů:

- **přehlížení, bagatelizací** agresivního nebo násilného chování
- odkazování na to, aby si **oběť** svoji situaci řešila **sama**, „postavila se jí“
- nucení žáků, aby **veřejně** řekli, co viděli nebo se veřejně ihned na místě omlouvali
- vedení **rozhovoru s žákem** o situaci **před ostatními žáky**, vedení rozhovorů žáků zapojených do šikany **společně**
- **nedostatečného vyhodnocení** závažnosti problému a z toho plynoucí volby neadekvátních postupů nebo nepřiměřeného trestu
- **emotivního řešení problému** (k řešení problému je třeba přistupovat věcně)
- **agresivního řešení** problému (např. násilím)
- **příliš autoritativního řešení** (např. zastrašováním nebo vyhrožováním), což může vést spíše ke zhoršení situace, případně ke skrytějším formám šikany, nebo i k jinému rizikovému jednání
- **předjímání recidivy útočníka**

- řešení i méně závažného rizikového chování v součinnosti s policií (**zbytečná kriminalizace útočníka**)
- automatického **obviňování oběti** (sekundární viktimizace) • **vyhýbání** se problematickým aktivitám jako zdrojům budoucí šikany

Odpovědnost rodičů a komunikace školy s rodiči

- (1) Rodičovská odpovědnost zahrnuje **povinnosti a práva rodičů**, která spočívají v péči o dítě, zahrnující zejména péči o jeho zdraví, jeho tělesný, citový, rozumový a mravní vývoj. Rodiče mají **rozhodující úlohu ve výchově dítěte**. Rodiče pak mají být všestranně **příkladem svým dětem**, zejména pokud se jedná o způsob života a chování v rodině.
- (2) Škola by měla hned na začátku školního roku **informovat rodiče o programu proti šikanování**.
- (3) Když rodiče přijdou žádat o pomoc ohledně šikany svého dítěte, je nutné rodiče **v klidu vyslechnout, nechat vymluvit, nepoučovat, aktivně naslouchat**. Je potřeba se umět doptat na důležité informace. Podezření nebo tvrzení rodičů, že je jejich dítě šikanováno, se nesmí nikdy podcenit a je potřeba účinně a bezpečně situaci prošetřit
- (4) Škola **nezve rodiče protagonistů šikany do školy**, když ještě šikana není vyšetřena. V praxi se vyskytuje **závažná chyba**, kdy si ředitelé pozvou najednou rodiče údajných obětí a údajných agresorů, podezřelé žáky, některé pedagogy a **vyšetřují situaci se všemi najednou, případně pořizují video nebo audio záznam**.
- (5) **Rozhovor s rodiči oběti probíhá individuálně**. U počáteční šikany, která se dá vyšetřit během jednoho nebo dvou dnů, obvykle proběhne až po jejím vyšetření. Úkolem je **rodiče informovat o zjištěních a závěrech školy** a domluvit se na dalších opatřeních. Někdy je užitečné připravit rodiče oběti i na třídní schůzku, kde bude podána informace o řešení šikany.
- (6) Vážnou **chybou je neinformování rodičů** o řešení šikany. Chybou je taktéž nepřipravená třídní schůzka a opakované řešení šikany s rodiči, což vede k eskalaci destruktivních procesů a negativních emocí.
- (7) **Ve všech případech je potřeba informovat rodiče, že ve třídě byla šikana a škola ji řešila**. U počáteční šikany zpravidla stačí podat informaci na pravidelné schůzce, u pokročilé šikany je na místě svolat schůzku mimořádnou. Vždy je důležité, aby byl na schůzce přítomný školou pověřený a vyškolený pedagog pro prevenci a řešení šikany (případně i externí odborník).
- (8) Rozhovory s rodiči, rozhovory s protagonisty šikany (oběti, svědky, agresory) jsou náročné. Určený pedagog pro prevenci a řešení šikany musí absolvovat alespoň základní výcvikový kurz – první pomoc při šikanování.

2. Program proti kyberšikaně

Co je to kyberšikana

Kyberšikanu definujeme jako **zneužití ICT (informačních komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrožit, ublížit mu.** Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoků pak určují její závažnost.

Předpona kyber – značí prostředí, ve kterém se šikana odehrává, tedy kybernetický svět počítačů, internetu a mobilních telefonů. Kyberšikana může samozřejmě probíhat i přes jiné technické komunikační prostředky, např. pagery, v české realitě jsou však v drtivé většině využívány právě výše zmíněné mobilní telefony a internet.

Projevy kyberšikany

- Pomlouvání, zastrašování, urážení, zesměšňování nebo jiné ztrapňování (prostřednictvím e-mailu, SMS zpráv, v chatu nebo diskuzích)
- Pořizování zvukových záznamů, videí či fotografií, jejich upravování a následné zveřejňování s cílem poškodit zachycenou osobu
- Vytváření internetových stránek, které urážejí, pomlouvají či ponižují konkrétní osobu
- Zneužívání cizího účtu
- Vydírání pomocí mobilu nebo internetu
- Obtěžování a pronásledování voláním, psaním zpráv nebo prozváněním
- Zveřejňování cizích tajemství s cílem poškodit oběť
- Vyloučení z virtuální komunity

Znaky kyberšikany

- Anonymita útočníků – přezdívka, neznámá e – mailová adresa,
- Nemožnost schovat se do bezpečí domova
- Původce bývá fyzicky, psychicky slabý jedinec, oběť kyberšikany, člověk, který má málo kamarádů, je na virtuálním světě závislý.
- Agresor je ve virtuálním světě schovaný a může se chovat jinak, než by se choval v reálném světě – udává jiný věk, pohlaví, bydliště....
- Oběti kyberšikany jsou často uzavřené do sebe, nekomunikují s okolím, špatně se rozpoznává (u šikany vidíme modřiny, roztrhané oblečení...)

Č.j. MŠMT-21149/2016

Postup školy v případě podezření na kyberšikanu

- **Oznámit** své podezření vedení školy, **konzultovat** další postup. Dohodnout se, kdo povede vyšetřování, popřípadně přizvat psychologa.
- **Zajistit ochranu oběti** kontaktováním operátora mobilní sítě nebo zřizovatele www stránek, profilu atd.
- **Zajistit** dostupné **důkazy** s podporou IT kolegy, **vést písemný záznam**.
- **Vyslechnout oběť** – vyšetřit důkladně všechny souvislosti incidentu, spolupracovat s webovým prostředím, kde došlo ke kyberšikaně
- **Uchovat** veškeré **důkazy** kyberšikany (SMS zprávy, e-mailové zprávy, zprávy z chatu, uložte www stránky apod.). Na základě těchto důkazů může být zahájeno proti útočníkovi či útočníkům vyšetřování • **Ukončit komunikaci** z pozice oběti, nekomunikovat s útočníkem, nevyhrožovat mu, nemstít se.
- **Vyslechnout agresory** – překvapit je rozhovorem mezi čtyřma očima, znemožnit domluvu výpovědí. Vytipovat nejslabší článek, dovest k přiznání či vzájemnému obviňování.
- **Informovat rodiče** oběti i agresora, nekonfrontovat oběť a agresora
- **Poučit rodiče** o tom, koho mohou (je vhodné) kontaktovat (Policie ČR, OSPOD, PPP, právní zástupce atd.). Některé případy kyberšikany nespadají do kompetence školy.
- **Postihnout agresora** v souladu se Školním řádem.

Šikana zaměřená na učitele: jak ji předcházet a jak ji řešit

- (1) Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků musí být chápána jako **celostní** a multidimenzionální **problém**, který se **týká všech členů školy**. Neměla by být, proto v žádném případě považována za individuální záležitost konkrétního pedagoga, kterou by si měl vyřešit sám. **Odpovědnost** za prevenci a řešení šikany **nese vedení školy, potažmo také zřizovatel**.
- (2) Šikana zaměřená na učitele je specifická tím, že dojde k **narušení** jasně definovaných **rolí (učitel × žák) a žák/student** se dostane do pozice větší moci než pedagog, bez ohledu na formálně vyšší moc a autoritu učitele.
- (3) Šikana zaměřená na učitele se **nejčastěji odehrává ve škole** – ve třídách a na chodbách, nicméně může se odehrávat také mimo školu ve veřejných prostorech, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru.
- (4) Je zapotřebí mít na paměti, že **šikanou může trpět i vysoce zkušený a kompetentní pedagog, který dobře zná svůj předmět**, ovládá třídní management a **má dobré pedagogické schopnosti**. Je zapotřebí, aby **škola vytvořila bezpečné prostředí** a atmosféru důvěry, ve kterém bude tento druh rizika – šikana učitele – uznán a budou nastaveny mechanismy a postupy (krizový plán) k ochraně pedagogů a k účinné prevenci a řešení takového chování, se kterými budou všichni žáci, pedagogové a zákonní zástupci seznámeni.

(5) Specifika pro prevenci šikany zaměřené na učitele

. **Prevence** stojí na celoškolském přístupu, který akcentuje dobré sociální klima, připouští riziko výskytu šikany učitele ve škole, otevřeně takové chování odmítá a realizuje prevenci případně intervenci, pokud k výskytu dojde

. **Vedení školy vyjadřuje pedagogům podporu**, oceňuje jejich práci, vytváří atmosféru důvěry, podporuje spolupráci v pedagogickém sboru a zastává nekonfliktní způsob řešení problémů.

. **Škola má jasně stanovený způsob**, jakým mají pedagogové podezření na šikanu své osoby nebo kolegy, nebo oznámení o šikaně podat, komu a jak s tím bude nakládáno.

. Pedagog nastavuje a uplatňuje **jasná pravidla ve třídě**; na konflikt nebo nerespektování reaguje včas, pracuje s pravidly v chování a používá stanovené důsledky jejich nerespektování konzistentně; vyhýbá se řešení konfliktu a konfrontací ze strany žáka před celou třídou, usměrňuje řešení na individuální konzultaci; vyhýbá se konfrontačnímu tónu.

. **Pedagog posiluje zapojení žáků/studentů do výuky**, dává jim na výběr, činí úkoly a výuku pro žáky/studenty zajímavými, propojuje výuku s běžným životem a potřebami žáků; jeho výklad a očekávání jsou pro žáky srozumitelné, odpovídají obtížnosti, kterou mohou zvládnout apod.

- . Očekává úspěch u všech žáků a podporuje je, dává žákům zpětnou vazbu k tomu, co udělali dobře, staví na silných stránkách žáků.
 - . **Nezpůsobuje ponížení nebo zesměšnění žáka před třídou;** při hodnocení žáka zachovává jeho důstojnost.
 - . **Všímá si změn** v náladě, emocích a v chování žáků a včas na ně reaguje.
 - . **Problémy neřeší sám,** ale ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm, případně s vedením školy.
- (6) Specifika pro řešení šikany zaměřené na učitele** Dále je důležité respektovat tyto zásady:
- . **Pedagog, který čelí šikaně** ze strany žáků, je v dané situaci v pozici **oběti**, která by neměla zůstat v situaci sama, ale měla by **vyhledat pomoc ostatních**. Nelze očekávat, že situaci, kterou lze klasifikovat jako šikanu, vyřeší pedagog v pozici oběti sám. Proto je zapotřebí, aby tuto skutečnost škola neočekávala a nevyžadovala. Naopak je zapotřebí, aby **podporovala své pedagogy k vyhledání pomoci**, zajistila bezpečí pro pedagoga a řešila vzniklou situaci se žáky, rodiči a ostatními pedagogy.
 - . **Škola musí mít připravený krizový plán**, ve kterém bude specifikováno, jak se v situaci naplnění tohoto rizika zachová, jakou roli a možnosti řešení krizové situace má sám pedagog, jakou roli vedení školy, školní poradenské pracoviště apod. Plán rovněž zahrnuje pokyny pro zajištění bezpečí pro ohroženého pedagoga a žáky.
 - . V případě bezprostředního **ohrožení pedagoga žákem/žáky** se pedagog řídí krizovým plánem školy. Pokud je tento plán nedostatečný, zajistí si pedagog pro sebe bezpečí (odejde ze třídy, přivolá si pomoc apod.) a **požádá o spolupráci jiného kolegu nebo vedení školy** pro zajištění dohledu ve třídě, případně **izolaci agresora** a zajištění bezpečí pro ostatní žáky ve třídě vyžaduje-li to situace.
 - . Je zapotřebí, aby pedagog sám, jeho kolegové i vedení školy porozuměli tomu, že pedagog byl vystaven traumatickému zážitku. Tento zážitek může být bolestným i pro svědky (kolegy nebo žáky ve třídě). Je proto zapotřebí dovolit si čas na zpracování šoku, neobviňovat se, **vyhledat si pro sebe sociální podporu od kolegů, přátel, rodiny, monitorovat u sebe znaky stresu**, které se mohou objevit i později (např. problémy se spánkem, pozorností, úzkostí, zvýšená citlivost, nechut k jídlu nebo naopak) a případně vyhledat pro sebe odbornou pomoc.
 - . **Šikana pedagoga bývá často spojena s šikanou mezi žáky.** Škola zajistí posouzení sociálních vztahů ve třídě a na základě výsledků nastaví odpovídající řešení.
 - . Pro třídu, ve které se šikana odehrávala, zajistí **škola intervenční program k řešení šikany za účelem znovunastolení bezpečí ve třídě** (jedná se o program selektivní nebo indikované primární prevence, nikoli všeobecné prevence).
 - . V případě, že je pedagog nespokojený s řešením situace ze strany vedení školy, může se obrátit na příslušný inspektorát práce.

3. Schránka důvěry

Máš problém, o kterém se stydíš nebo bojíš otevřeně mluvit?

Něco tě tíží a nevíš si rady?

Potřebuješ pomoci a nemáš odvahu přijít osobně?

Máš pocit, že se ubližuje někomu jinému?

Postrádáš něco ve škole nebo jsi s něčím nespokojený/á?

Máš dobrý nápad a chceš ho nějakým způsobem realizovat?

Potřebuješ vyjádřit svůj názor nebo připomínku?

Svěř se se vším Schránce důvěry, která byla obnovena v podobě označené schránky umístěné na stěně vpravo vedle zamřížovaných vstupních dveří při vstupu do školy.

Schránku důvěry můžeš využívat v případě potřeby řešit **vlastní osobní či studijní problémy**, případně **upozornit na vážné osobní nesnáze spolužáků**, o nichž se domníváš, že sami nemají odvahu je nahlásit, nebo **na náznaky šikany**, jež ve svém okolí zaznamenáš.

Do pevné schránky můžeš vhazovat své vzkazy napsané na papíře, rukou či vytištěné psané elektronicky.

Také lze využít služeb Linky důvěry, která primárně nabízí interaktivní poradenství dle potřeb klienta. Je možné využít jejich služeb na webu:

linka bezpečí
**NEMUSÍŠ
NA TO BÝT
SÁM**
linkabezpeci.cz

NOVÝ WEB

rodičovská linka
**JSME TU
I PRO
VÁS**
rodicovskalinka.cz

Pro děti, mladistvé, ale i rodiče, prarodiče nebo pedagogy jsme spustili **NOVÝ WEB**.

Co zde najdete?

- pomocnou ruku v podobě tématické poradny
- navazující obsah z blogu a podcastu Linky bezpečí
- e-mailovou a chat poradnu
- kontakty na naše služby
- aktuální kurzy a možnosti podpory

Všechny dny nejsou super.
*Někdy ani nevíme proč
a někdy to příčinu má.
Hledáš tip na zlepšení?
Mrkni do poradny.
Promluv si s někým blízkým
nebo se ozvi nám.*

MP SV Nadace O₂ CSOB MINISTERSTVO VNITRA ČESKÉ REPUBLIKY RSJ Foundation

Odkaz-> <https://www.linkabezpeci.cz/>

Nebo telefonicky: 116 111

Dne 26.9. 2025 Zpracovala:
Mgr. Simona Soukupová
Zástupkyně ředitele pro prevenci