

Plán prevence šikany

Základní škola a základní umělecká škola Zliv

Zpracovala: Mgr. Klára Koudelková

14.9.2023

ÚVOD:

Školní program proti šikanování je nejúčinnějším způsobem ochrany žáků před šikanou. Předpokladem jeho fungování je dobrá všeobecná prevence rizikového chování ve škole. Tvorba školního programu proti šikanování je dlouhodobý a trvalý proces. Školní program proti šikanování je provázán s preventivním programem školy a je součástí strategie primární prevence rizikového chování žáků ve škole.

CÍL PROGRAMU:

Cílem programu je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí a co nejdříve odhalit a účinně řešit šikanování. Základem prevence šikanování a násilí je podpora pozitivních vzájemných vztahů mezi žáky a mezi žáky a učiteli.

ODPOVĚDNOST ŠKOLY:

V souladu s ustanovením § 29 zákona č.561/2004 Sb. (školského zákona) má škola jednoznačnou odpovědnost za žáky, je povinna zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví žáků v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit a současně má vytvářet podmínky pro jejich zdravý vývoj a pro předcházení vzniku rizikového chování (sociálně patologických jevů). Z tohoto důvodu musí pedagogický pracovník šikanování mezi žáky předcházet, jeho projevy neprodleně řešit a každé jeho oběti poskytnout okamžitou pomoc.

Z hlediska trestního zákona může šikanování žáků naplňovat skutkovou podstatu trestných činů či provinění.

- vydírání § 175 TZ
- omezování osobní svobody § 171 TZ – útisk § 177 TZ
- ublížení na zdraví § 146 TZ – loupeže § 173 TZ
- násilí proti skupině obyvatelů a proti jednotlivci § 352 TZ
- poškozování cizí věci § 228 TZ
- znásilnění § 185 TZ
- kuplířství § 189 TZ apod.

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 (§ 367 trestního zákona).

ODPOVĚDNOST ZA PLNĚNÍ PROGRAMU:

- na tvorbě i realizaci programu se podílejí všichni pedagogičtí pracovníci
- koordinace programu je v kompetenci školního metodika prevence
- za realizaci a hodnocení je odpovědný ředitel školy

ŠKOLNÍ METODIK PREVENCE

Školní metodik prevence spoluvytváří program proti šikanování a podílí se na jeho realizaci. Komunikuje s učiteli v oblasti primární prevence, v případě vzniklého problému dává podněty

k možné nápravě. V případě odhalení šikanování navrhuje opatření, svolává výchovné komise, vede individuální konzultace s dětmi, s rodiči, informuje o možnostech odborné péče a další pomoci (adresář sociálních služeb, linku bezpečí apod.). Spolupracuje se specializovanými institucemi a organizacemi, zejména s okresním metodikem prevence v PPP. Předává informace týkající se diagnostiky a řešení šikany. Zajistí doplňování školní knihovny o literaturu z oblasti problematiky násilného chování a šikanování.

PEDAGOGOVÉ

Věnují se v rámci výuky rozvoji kompetencí žáků v oblasti sociálních dovedností, učí podle principů a metod v rámci koncepce školy. Třídní učitelé se podílí na odhalování šikany a vyšetřování počáteční šikany. Třídní učitel je v kontaktu s rodiči žáků své třídy prostřednictvím třídních schůzek, osobních setkání a dalších možností komunikace. Pedagogičtí pracovníci vedou důsledně a systematicky žáky k osvojování norem mezilidských vztahů založených na demokratických principech. Na prevenci šikany i při jejím řešení spolupracují všichni pedagogičtí pracovníci podle předem dohodnutých postupů.

ŘEDITEL ŠKOLY

Sleduje problémy v kontextu celé školy a dělá personální a organizační opatření ke zlepšení vzájemného soužití ve škole. Svolává v případě potřeby výchovnou komisi za účasti rodičů, pedagogů, pracovníků orgánů péče o dítě, psychologů apod. Je odpovědný za systémové aktivity školy v oblasti prevence šikanování a násilí. Vychází přitom z komplexního pojetí preventivní strategie, která je ve smyslu Metodického pokynu k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních č.j. 20 006/2007-51 součástí preventivního programu školy. Zajistí vzdělávání pracovníků (pedagogických, i nepedagogických) k problematice šikanování. Zajistí v souladu s pracovním řádem dohled pedagogických pracovníků nad žáky zejména ve škole při vyučování, o přestávkách mezi vyučovacími hodinami, při akcích organizovaných školou. Dbá na zvýšení dohledů v prostorách, kde k šikanování již došlo nebo kde by k němu mohlo docházet. Zajistí, aby žáci a pedagogičtí pracovníci byli seznámeni s negativními důsledky šikanování, a to jak pro jeho oběti a pachatele, tak i pro celý třídní (školní) kolektiv. Za zvlášť nebezpečnou je třeba považovat tendenci podceňovat počáteční projevy šikanování.

CHARAKTERISTIKA ŠIKANOVÁNÍ

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrožit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích 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. Nově se může realizovat i prostřednictvím elektronické komunikace, jedná se o tzv. kyberšikanu. Ta zahrnuje útoky pomocí e-mailů, sms zpráv, komunikaci přes různé četovací platformy, vyvěšování urážlivých materiálů na internetové stránky apod. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků.

Nebezpečnost působení šikany spočívá zvláště v závažnosti, dlouhodobosti a nezřídka v celoživotních následcích na duševní a tělesné zdraví oběti. Jde o mimořádně nebezpečnou a zákeřnou formu násilí, která ohrožuje základní výchovné a vzdělávací cíle školy.

Šikana je každé chování, které splňuje tyto znaky:

- je cílené vůči jedinci nebo skupině
- je obvykle opakované, často dlouhodobé
- jeho záměrem je oběti ohrožit, ponižít či zastrašit
- oběť se mu neumí bránit a dlouhodobě trpí

Šikana není:

- jednorázová rvačka, nevhodný vtip či konflikt
- vyčlenění dítěte z kolektivu, pokud není motivováno snahou ublížit či pobavit se na jeho úkor

PROJEVY ŠIKANY

Šikanování má ve svých projevech velice různou podobu. Mezi základní formy šikany patří:

Verbální šikana přímá a nepřímá

- psychická šikana (součástí je i kyberšikana, která děje se pomocí ICT technologií)

Fyzická šikana přímá a nepřímá (patří sem i krádeže a ničení majetku oběti)

Smíšená šikana, kombinace verbální a fyzické šikany (násilné a manipulativní příkazy apod.)

KRIZOVÝ PLÁN ŠKOLY

1. zahrnuje situace, které škola zvládne řešit vlastními silami. Do této skupiny patří postupy pro počáteční stadia šikanování a rámcový program pro řešení zárodečného stadia šikanování.
2. zahrnuje situace, kdy škola potřebuje pomoc zvenku a je nezbytná její součinnost se specializovanými institucemi a policií. Sem patří řešení případů pokročilé a nestandardní šikany, např. výbuchu skupinového násilí vůči oběti.
3. krizový plán eliminuje nebo minimalizuje škody v případě, že k šikanování ve školním prostředí dojde a vhodný preventivní krok je vytvoření si vlastního programu řešení šikany.

POSTUPY PŘI ŘEŠENÍ ŠIKANY

Při vyšetřování a řešení šikany spolupracuje realizační tým zpravidla ve složení školní metodik prevence nebo výchovný poradce, třídní učitel a ředitel školy, dle potřeby spolupracují ostatní pedagogičtí pracovníci a rodiče.

Po informaci o podezření na šikanování zahájí okamžitě vyšetřování šikany a informují zákonné zástupce žáka - § 21 zákona č.561/2004 Sb. (školského zákona). O výsledcích vyšetřování a řešení šikany jsou informováni zákonní zástupci žáka. V případě zjištění šikany a dle její závažnosti řeší vedení školy a pedagogická rada potrestání agresorů a případný další postup ve spolupráci s odbornými institucemi.

Odhalení šikany bývá obtížné. Významnou roli při jejím zjišťování hraje strach, a to nejen strach obětí, ale i pachatelů a dalších účastníků. Strach vytváří obvykle prostředí „solidarity“ agresorů i postižených. Proto je nutné vhodně vše projednat ve třídě.

Pro vyšetřování počáteční šikany (se standardní formou) bude škola postupovat v těchto krocích:

- 1) Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili, a s oběťmi (povede třídní učitel, metodik prevence, učitel, na kterého se oběť obrátí a členové výchovné komise).
- 2) Nalezení vhodných svědků.
- 3) Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoli však konfrontace obětí a agresorů). Zajištění ochrany obětem.
- 4) Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi.
- 5) Informování rodičů o vzniklé situaci a dohoda o osobním kontaktu na pohovoru, svolání výchovné komise apod.

Pro vyšetřování pokročilé šikany s neobvyklou formou – výbuch skupinového násilí vůči oběti, tzv. třídního lynčování, bude škola postupovat takto:

- 1) Překonání šoku pedagogického pracovníka a bezprostřední záchrana oběti.
- 2) Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování.
- 3) Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.
- 4) Pokračující pomoc a podpora oběti.
- 5) Nahlášení dle závažnosti SVP, PPP, OSPOD, Policii ČR. (provede ředitelství školy)
- 6) Vlastní vyšetřování ve spolupráci s výše uvedenými organizacemi.

V rámci první pomoci je nutné při pokročilých, brutálních a kriminálních šikanách spolupracovat s dalšími institucemi a orgány, a to zejména s pedagogicko-psychologickou poradnou, střediskem výchovné péče, orgánem sociálně právní ochrany dítěte, Policií ČR.

VÝCHOVNÁ OPATŘENÍ

Škola bude dále pracovat s agresorem (náhled na jeho chování, motivy, rodinné prostředí). V případě potřeby mu zprostředkuje péči pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče nebo jiných odborníků.

Pro potrestání agresorů jsou stanovena následující běžná výchovná opatření:

- napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele;
- snížení známky z chování.

Pro nápravu situace ve skupině je potřeba pracovat s celým třídním kolektivem. Je nezbytné vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina).

V mimořádných případech použije škola tato další opatření a postup:

- 1) Ředitel školy doporučí rodičům ve spolupráci a na základě doporučení SVP dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně dobrovolný diagnostický pobyt žáka.

- 2) Ředitel školy podá návrh orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu.

SPOLUPRÁCE S RODIČI

Pokud mají zákonní zástupci podezření na šikanování, informují třídního učitele nebo dalšího pedagogického pracovníka. Odborné vyšetření záležitosti provádí zpravidla školní metodik prevence ve spolupráci s třídním učitelem. Při vyšetření a nápravě šikanování je potřebná spolupráce vedení školy a dalších pedagogických pracovníků jak s rodinou oběti, tak i s rodinou agresora. Při jednání s rodiči dbají pedagogičtí pracovníci na taktní přístup a zejména na zachování důvěrnosti informací.

SPOLUPRÁCE S DALŠÍMI INSTITUCEMI

Škola spolupracuje s pedagogicko – psychologickou poradnou, střediskem výchovné péče. V případě podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu trestného činu (provinění), ředitel školy oznámí tuto skutečnost Policii ČR. Ředitel školy oznámí orgánu sociálně právní ochrany dítěte skutečnosti, které ohrožují bezpečí a zdraví žáka. Pokud žák spáchá trestný čin (provinění), popř. opakovaně páchá přestupky, ředitel školy zahájí spolupráci s orgány sociálně právní ochrany dítěte bez zbytečného odkladu.

PŘÍKLADY NEPŘÍMÝCH A PŘÍMÝCH ZNAKŮ ŠIKANOVÁNÍ

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
- má zašpiněný nebo poškozený oděv
- stále postrádá nějaké své věci
- odmítá vysvětlit poškození a ztráty věc nebo používá nepravděpodobné výmluvy
- mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole
- odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit
- zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přízpusobovací konflikty nejsou vzácností

Mezi přímé znaky může patřit:

- 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 pronášená 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, 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

Doporučení rodičům, aby si všímali zejména těchto možných příznaků šikanování:

- za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi
- dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
- dítě není zváno na návštěvy k jiným dětem
- nechce jít ráno do školy (zvláště, když dřív 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 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 objeví 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

PREVENCE PROTI ŠIKANOVÁNÍ

Základem prevence šikanování a násilí ve škole je školní vzdělávací program školy, který podporuje pozitivní vzájemné vztahy mezi žáky (a mezi žáky a učiteli), usiluje o vytváření bezpečného prostředí školy, především kapitola Klíčové kompetence a kapitola Osobnostní a sociální výchova a Výchova demokratického občana. Primární prevence sociálně patologických jevů ve škole je dána preventivním programem školy na školní rok.

Primární prevence je součástí výuky jednotlivých předmětů a třídnických hodin. Součástí je vzdělávání pedagogických pracovníků v systému dalšího vzdělávání v oblasti problematiky prevence, vytváření dobrých vztahů, v podpoře a upevnování zdravých třídních norem žáků jako prevenci k šikanování. Ředitel školy zajistí v souladu s pracovním řádem dohled pedagogických pracovníků nad žáky na vytipovaných rizikových místech školy. Součástí preventivních opatření je i aktualizovaný školní řád a jeho dodržování. Důležitá je aktivní spolupráce s rodiči.

Příloha č.1 - ZKRÁCENÝ POPIS STÁDIÍ ŠIKANOVÁNÍ

Dle Kolář M., Nová cesta k léčbě šikany, nakl. Portál, vyd. 2011

Školní šikanování je nemoc skupinové demokracie a má svůj zákonitý vnitřní vývoj.

První stadium se v podstatě odehrává v jakékoliv skupině. Všude je někdo neoblíbený nebo nevlivný, na jehož úkor je se dělají „legrácky“. Pak to ale jde dál, skupina si najde jakéhosi „otloukánka“. Třetí stadium je už klíčové, kdy se vydělí jádro útočníků a systematicky začne šikanovat nejvhodnější oběti. Do této chvíle lze věci jasně řešit.

Následně ale dojde k bodu zlomu, kdy se šikanování stane nepsaným zákonem i pro opravdu slušné děti a celá skupina se stává krutou. V pátém stadiu – totalitě – se stane šikanování skupinovým programem.

První stadium: Zrod ostrakismu Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není uznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, spřádají proti němu intriky, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky apod. Tato situace je již zárodečnou podobou šikanování a obsahuje riziko dalšího negativního vývoje.

Druhé stadium: Fyzická agrese a přitvrzování manipulace V zátěžových situacích (což může být i školou vytvářené konkurenční prostředí), kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizování žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese. Stupňování agrese může být dáno také neřešením předchozí situace.

Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Třída ví, o koho jde. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tedy ti „slabí“. Svým způsobem platí „raději on, než já“.

Čtvrté stadium: Většina přijímá normy agresorů a stanou se nepsaným zákonem. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit. Platí „Buď jsi s námi, nebo proti nám.“ U členů „virem“ přemožené skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

Páté stadium: Totalita neboli dokonalá šikana Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování“. Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí, které jsem pro přehlednost označil jako „otrokáře“ a „otroky“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná. Ve čtvrtém a pátém stadiu hrozí reálné riziko prorůstání parastruktury šikany do oficiální školní struktury. Stává se to v případě, kdy iniciátor šikanování je sociometrickou hvězdou. Je žákem s výborným prospěchem, má kultivované chování a ochotně pomáhá pedagogovi plnit jeho úkoly.

Příloha č.2 - PREVENCE KYBERŠIKANY – BEZPEČNÝ INTERNET

Kyberšikana je jednou z forem psychické šikany. Jde o zneužití ICT (informačních a komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu. Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočnicí. Povaha a provedení útoku pak určuje její závažnost. Kyberšikana se odehrává se prostřednictvím virtuální komunikace.

Kromě šikany při nadměrném užívání internetu dochází také ke zdravotním a sociálním rizikům. Mezi **zdravotní rizika** patří např.:

- psychické problémy spojené s tzv. netolismem, tj. závislostí na virtuální realitě a ztrátě reálného vnímání světa a omezeností smyslového vnímání.
- zažívací a spánkové obtíže, pokles fyzické kondice a projevuje se i vyšší agresivita v on-line komunikaci.

Mezi **sociální rizika** patří často:

- zkreslené vnímání reality,
- ztráta přátel a sociálních vazeb včetně zvýšené necitlivosti a neochoty a využívání herních schémat při řešení běžných situací v životě.

Mezi nejčastější zneužívání internetu patří:

- kyberstalking – jedná se opakované obtěžování adresáta,
- kybergrooming – jde o snahu vzbudit důvěru a přinutit k osobnímu setkání,
- flaming – jedná se o urážlivé a zesměšňující napadání oběti,
- sexting – jedná se o zasílání textů a obrázků, videí se sexuální tematikou,
- phishing – jde o podvodné vylákání hesel a dalších přihlašovacích informací od adresáta, např. otevřením nastraženého mailu od fiktivní banky apod.
- sniffing – jedná se o odposlech komunikace (hrozí i zcizení virtuální identity, vaším jménem může být páchána trestná činnost)
- hoax – adresy přátel jsou využívány k spamu,
- hacking – jedná se o nabourávání se do cizího zabezpečeného systému,
- cracking – jde o odstranění technologické ochrany programu (porušování autorských práv),
- skimming – jde o rizika spojená s platební kartou (kartu nedávat z ruky, chránit si pin)

Zásady bezpečného používání internetu:

- používat zabezpečený počítač, notebook, mobil (aktualizovat)
- instalovat pouze ověřené a známé programy (neotvírat programy které neznám, podezřelé mailové adresy)
- nesdělovat žádné osobní informace (narození, rodné číslo, tel. číslo, heslo, PIN...) jméno, příjmení, bydliště, škola, datum
- používat silné heslo (8 znaků – velká a malá písmena, číslo a nespécifický znak, nikomu ho nesdělovat)
- informace nepřeceňovat, nešířit dál (možná nepravdivost informací, neověřené informace, např. trestný čin šíření poplašné zprávy, pomluva...)
- komunikovat ve virtuálním světě efektivně (netrávit všechen volný čas) a cíleně (jen s tím, s kým chci já a koho bezpečně znám)
- nevhodnou komunikaci vždy včas ukončit
- neposílat intimní fotografie, videa (trestný čin – do 18 let nemohu zaslat erotické foto)
- nepoužívat webovou kameru s neznámou osobou (možnost nahrávání)
- informace jsou ve virtuální komunikaci přístupné všem, šíří se, nejdu jednoduše smazat (žijí vlastním životem od chvíle jejich zveřejnění)
- chovat se vždy tak, abych svými činy neublížoval jinému a zároveň chránil sám sebe

Doporučení pro rodiče:

- vzdělávat se a být informován v oblasti IT
- kontrola vyplnění profilu
- brát ohled na věk dítěte
- zabezpečit počítač – např. erotické stránky
- sledovat čas, který dítě tráví u počítače
- sledovat varovné signály a vnímat změny v chování (náladovost, výměna přátel, stravovací návyky, osamocení...)
- vštěpovat dítěti zásady bezpečného internetu
- nácvik jednoduchých dovedností (jak reagovat, když...)
- komunikovat s dítětem, informovat dítě o možnostech páchaní trestných činů při virtuální komunikaci (dítě může být pachatel i obět).

Trestné činy ve vztahu ke kyberšikaně

Trestné činy ve vztahu ke kyberšikaně:

- 1) Kyberšikana obdobně jako školní šikana sice není sama o sobě trestným činem ani přestupkem, ale její projevy mohou naplňovat skutkovou podstatu např. těchto trestných činů:
 - a. nebezpečné pronásledování (stalking, § 354 TZ) – např. dlouhodobě opakované pokusy kontaktovat všemi dostupnými prostředky obět, která proto pociťuje důvodné obavy o život nebo zdraví své či svých blízkých;
 - b. účast na sebevraždě (§ 144 TZ) – např. zaslání SMS oběti s úmyslem vyvolat u ní rozhodnutí k sebevraždě;

- c. porušení tajemství dopravovaných zpráv (§ 182 TZ) – např. „odposlech“ odesílaného e-mailu;
 - d. porušení tajemství listin a jiných dokumentů uchovávaných v soukromí (§ 183 TZ), např. zveřejnění fotografií z telefonu oběti;
 - e. pomluva (§ 184 TZ) – např. vytvoření webových stránek zesměšňujících oběť. .
- 2) 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 (§ 367 TZ). V úvahu přicházejí i další trestné činy jako např. nadřívání (§ 366 TZ) či schvalování trestného činu (§365 TZ), v krajním případě i podněcování (§ 364 TZ).

Doporučená literatura pro oblast školního šikanování

- Kolář, M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.
- Kavalír, A. (Eds.) (2009). Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele. Plzeň:
- Dragon press Kolář, M. (2001, 2005). Bolest šikanování. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2000, 1997). Skrytý svět šikanování ve školách. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2003). Specifický program proti šikanování a násilí ve školách a školských zařízeních.
- Kopecký, K., Krejčí, V. (2010). Rizika virtuální komunikace. (Příručka pro učitele.)
- Říčan, P., Janošová, P. (2010). Jak na šikanu. Praha: Grada.
- Říčan, P. (1995). Agresivita a šikana mezi dětmi. Praha: Portál.
- Miovský, M. a kol. (2012). Návrh doporučené struktury MPP prevence rizikového chování pro ZŠ. Praha: Klinika adiktologie 1.LF KU Webové stránky a další odkazy s tematikou školní šikany a kyberšikany <http://www.ditevohrozeni.cz>
- Bezplatná nonstop telefonická služba dostupná na lince 116 000 Společenství proti šikaně, www.sikana.org
- E-Nebezpečí pro učitele, www.e-nebezpeci.cz
- Národní centrum bezpečnějšího internetu,
- www.ncbi.cz Sdružení Linka bezpečí (116 111),
- www.linkabezpeci.cz Poradna webu Minimalizace šikany,
- www.minimalizacesikany.cz