

## POMÁHANIE OBETIAM

Andrew Mellor

Šikanovanie sa nedá vyliečiť iba tým, že sa postaráme o obeť. Netrpia žiadnou chorobou, ale dostali sa do zložitých sociálnych situácií, z ktorých každá je jedinečná a vyžaduje si individuálny zákrok. Rodičia, učitelia, priatelia a pozorovatelia, všetci zohrávajú svoju rolu v konfrontácii šikanujúcej osoby a obeť, takže aj ich treba zahrnúť do stratégie vyrovnávania sa s danou situáciou.

Samotní rodičia alebo učitelia majú malú šancu úspešne pomáhať obetiam, pokiaľ škola nemá jasnú, dobre vybudovanú a proti šikanujúcu politiku. Mnohé školy ju nemajú, napriek publicite, ktorá je za posledné roky o tomto probléme. V takom prípade musí byť prvým krokom vytvoriť klímu záujmu: učitelia a riaditelia musia chápať pocit bezmocnosti, ktorý majú obeť.

*Myslela som si, že som jediná osoba, ktorú kedy šikanovali a že ak to niekomu poviem, pomyslia si o mne, že som hlúpa.*

(11-ročné dievča)

Obete treba presvedčiť, že nie sú osamelé a že sa to môže stať hocikomu. Stačí iba byť na nesprávnom mieste v nesprávny čas. Takéto tvrdenie môže protirečiť obľúbenému mysleniu detí:

*Myslím, že so šikanovaním sa stretnú iba ľudia, ktorí sú odlišní (napr. farbou pleti, náboženstvom alebo nejakým handicapom). Šikajú väčšinou ľudí, ktorí sú hanbliví alebo majú slabý charakter.*

(15-ročné dievča)

Ak panuje takéto presvedčenie, obeť môžu mať dojem, že oni robia chybu a že za to môžu. Nekonečné posmešky môžu spôsobiť taký stres, že racionálne myslenie nie je možné. Obete veria, že preto ich šikajú, lebo sú tučné, nosia okuliare, sú hanblivé alebo jednoducho odlišné a že im nikto, ani dospelí, nemôžu pomôcť. Stačí jedna zlá skúsenosť, ktorá toto presvedčenie potvrdí.

*Keď priateľka povedala učiteľovi, že ma šikajú, povedal, že som na to dosť stará, aby som sa s tým vysporiadala.*

(14-ročné dievča)

Aby sme neboli príliš prísny na tohto učiteľa, treba si uvedomiť, že do nedávna nemali na školách žiadne inštrukcie o tom, čo robiť so šikanovaním. Oficiálne uznanie tohto problému bolo obmedzené. Správa zo škótskych škôl z roku 1977 (*Záškoláctvo a nedisciplinovanosť na škótskych školách*) uvádza šikanovanie iba ako formu nedisciplinovanosti bez ďalšieho komentára. Správa Eltona z roku 1989 o disciplíne v anglických a veľšských školách venuje tomuto problému iba tri odseky. I keď by mohli byť tri odseky lepšie ako niekoľko slov v škótskej správe, napriek tomu je to malý vývoj za 12 rokov.

Elton odporúčal, že riaditelia a učitelia by mali:

- dávať pozor na znaky rasového obťažovania a šikanovanie;
- prísne zakročiť na takéto správanie; a
- stanoviť jasné pravidlá podporené vhodnými trestami a systémom na ochranu a podporu obetí.

Všetky tieto body sú platné, avšak učitelia môžu mať problémy s ich realizáciou, pretože obeť a aj ostatní sa boja rozprávať. Časť o šikanovaní bola ukončená jedinečným odporúčaním, že „žiaci by mali povedať učiteľom o vážnych prípadoch šikanovania a rasového obťažovania, keď sa o nich dozvedia“. Ostatné odporúčania boli pre dospelých, ako sú učitelia, rodičia a správcovia škôl. Ťažko by akékoľvek deti čítali tento objemný zväzok, takže sa zdá, že toto odporúčanie bolo zaradené bez toho, že by sa myslelo na jeho realizáciu. Pevná a prísna disciplína nebude nikdy úspešná pri riešení šikanovania, pokiaľ sa neprijmú stratégie, ktoré by povzbudili obeť vyhľadať pomoc dospelých. Tabu, ktoré existuje v britskej spoločnosti, spôsobuje, že deti si veľa vytrpia, než vyhľadajú pomoc. Neodstrašuje ich iba fyzická odplata, ale aj nekonečné posmešky.

V škole musí vzniknúť taká atmosféra, ktorá bude vždy povzbudzovať deti k tomu, aby hovorili a učitelia musia vytvárať také situácie, ktoré to umožnia. Ale obeť je stále zodpovedná za to, aby zhodnotila, či prípad má byť ohlásený alebo nie. Bude sa brať sťažnosť vážne?

*Úprimne neviem povedať, či by som niekomu povedala, že ma šikanujú. Cítila by som sa hlúpo a bála by som sa, že sa mi vysmejú.*

(15-ročné dievča)

Väčšina starších detí sa naučí na vlastných skúsenostiach zhodnotiť vážnosť šikanovania a zhodnotiť, či treba osloviť dospelých. Avšak mladšie deti nemajú túto skúsenosť. Všetko, čo sa im v tom čase prihodí, je vážne a podľa nich trvalé. Učitelia takýchto detí riskujú, že budú zaťažovaní triviálnymi vecami, takže je možno pochopiteľné, že niekedy nie sú takí ústretoví.

### **Inšpirácia zo Škandinávie**

Našťastie pomoc a usmernenie v tom, ako narábať so šikanovaním, prišla koncom 80-tych rokov vo forme množstva kníh a založením špeciálnych agentúr, ako Kidscape a ChildLine. Toto prebudenie záujmu bolo najmä v dôsledku seminára európskych učiteľov o šikanovaní na školách, ktorý sa konal v Stavangeri v Nórsku v r. 1987. Mnohí delegáti inšpirovaní škandinávskym príkladom neskôr začali podporovať výskum stratégií proti šikanovaniu vo vlastných krajinách.

Keď sa v Nórsku začali zaoberať šikanovaním začiatkom 70. rokov, nemali slovo, ktoré by opisovalo tento jav, a preto si požičali anglické slovo "mobbing" z diela Konrada Lorenza. V 70. a 80. rokoch sa začal obšírny výskum a kampaň podporovaná vládou proti šikanovaniu. Bolo to v úplnom protiklade s Veľkou Britániou, kde bol úplne minimálny výskum a iba obmedzený záujem. Náznak istého oficiálneho uznania prišiel vtedy, keď som dostal grant zo škótskeho ministerstva školstva na zistenie šikanovania na desiatich škótskych stredných školách. Vo februári a marci r. 1989 vyplnilo 942 žiakov dotazník, ktorý predstavoval prierez škótskej stredoškolskej populácie od centra mesta po poľnohospodárske periférne oblasti. Projekt mal dva hlavné ciele -identifikovať výskyt šikanovania a zistiť a opísať úspešné

stratégie proti nemu. Odpovede detí potvrdili, že byť obeťou na škole je častou skúsenosťou. Avšak odpovede aj odhalili strach obetí a podceňovanie tohto problému zo strany dospelých.

### **Koľko obetí?**

Polovica z 942 žiakov povedala, že boli šikanovaní aspoň raz alebo dva razy počas ich návštevy školy. Štyridsaťštyri percent pripustilo, že šikanovalo niekoho druhého. Menej ako tretina povedala, že neboli nikdy obeťou, ani šikanujúcou osobou. Tieto čísla sú pozoruhodné, keď si uvedomíme, že sme si od nórskych výskumníkov požičali úzku definíciu: "Šikanie je dlhodobé násilie, duševné alebo fyzické, ktoré vykonáva jednotlivec alebo skupina voči jednotlivcovi, ktorý nieje schopný sa brániť sám v danej situácii". Jednotlivé prípady alebo bitky rovesníkov boli z tohto vylúčené.

Mnohé z obetí napísalo, čo sa im stalo pred niekoľkými rokmi, ale niektorí opísali súčasný stav.

*Celý čas sa bojím a vplýva na môj školský výkon. Bojím sa chodiť von. Chcela by som sa postaviť voči dievčaťu, ktoré ma šikanuje, pretože mi robí zo života peklo, ale bojím sa.*  
(14-ročné dievča)

Žiaci dostali otázku, ako často ich šikanovali od Vianoc. Predpokladalo sa, že všetci si budú pamätať udalosti spred šiestich až desiatich týždňov. Šesť percent detí povedalo, že v tomto krátkom období ich šikanovali niekedy alebo častejšie, čo bolo totožné s pomerom nórskych obetí z veľkého celonárodného prieskumu, ktorý uskutočnil v roku 1983 Dan Olweus.

Treba dať pozor, keď robíme všeobecné závery z týchto zistení, pretože vzorka respondentov bola malá, napriek tomu sme si všimli zaujímavé trendy, ktoré by mohli byť užitočné pre učiteľov, rodičov a ostatných, ktorí sa pokúšajú pomôcť obetiam.

I keď medzi obeťami boli rovnako chlapci ako dievčatá, medzi nedávnymi obeťami bolo menej dievčat ako chlapcov.

Ako deti rastú, stávajú sa menej často obeťami, pravdepodobne si vyvinuli svoje vlastné ochranné stratégie alebo stratégie vyhýbania sa. Ale starším dievčatám sa v tomto darí lepšie než starším chlapcom, ktorí majú niekedy pocit, že sa nemajú na koho obrátiť.

*Ludia si myslia, že nič neznamenaám a povedia mi čokoľvek, čo sa im chce. Každý deň pociťujem odmietnutie. Niežeby sa ku mne správali násilnícky, ale správajú sa ku mne tak ako keby som bol kôš na odpadky. Chcel by som s tým niečo urobiť, ale keďže už o niekoľko mesiacov odchádzam, nevidím dôvod, prečo by som to mal urobiť. A nemám k tomu ani odvahu.*  
(16-ročný chlapec)

I keď bol pomer 15-16-ročných chlapcov, ktorých šikanovali, pomerne malý (asi 4 %), ich pocit odcudzenia a neúspechu bol silný.

*Niekedy máš pocit, že umrieš, pretože tomu nevieš čeliť.*  
(15-ročný chlapec)

Dvanásť percent 15-16-ročných chlapcov priznalo, že v poslednej dobe tyranizovali druhých. Je pre nich menej ponižujúce priznať sa k šikanovaniu ako k tomu, že sú obeť. Takmer všetky dievčatá si myslia, že reakcia na šikanovanie spočíva v prijatí kolektívnej nápravy.

*Ludia, ktorí majú problém so šikanovaním, si myslia, že sú v tomto probléme osamelí a že všetci sú proti nim. Treba im ukázať, že nie sú osamelí a že pokiaľ o tom nikomu nepovedia, nič sa s tým nedá spraviť.*  
(15-ročný dievča)

Chlapci si väčšinou mysleli, že obeť by sa mali brániť samé. Niekoľkí povedali, že začali chodiť posilovať alebo chodiť na bojové športy – s rôznou úspešnosťou.

*Dosť často ma šikanujú. Snažím sa tomu zabrániť, ale neviem nájsť odvahu, aby som sa s nimi pobil. Cvičím a posilujem, aby som mal väčšie svaly, aby som bol silnejší a mal šancu vyhrať. Ale nerád sa bijem. Je to iba taká pretváрка.*  
(15-ročný chlapec)

Spoločnosť očakáva, že mladí muži budú agresívni, ale je paradox, že trestá tých, ktorí sa bijú a odcudzuje tých, ktorí odmietajú násilie. Nie je divu, že dospievajúci sú niekedy zmätení. Sue Askew a Carol Ross opísali spoločenský tlak, ktorý núti mnohých chlapcov vybrať si to, čo je pre nich nevhodná metóda obrany:

*Tvrdosť a agresia je u chlapcov schválená – a toto tvrdenie pokračuje: chlapci sú povzbudzovaní k tomu, aby boli tvrdí a aby si vedeli sami poradiť. Nie je to otvorené povzbudzovanie k tomu, aby boli násilní, ale je to správa, že násilie je v poriadku, ak sa nezájde do extrémov... a v niektorých situáciách môže byť spôsobom zlepšenia spoločenského postavenia medzi chlapcami.*  
(Z *Chlapci neplačú*, 1988)

Starší chlapec, ktorý nie je agresívny a ktorého šikanujú, môže stratiť natoľko svoje postavenie, že život sa preňho stane neznesiteľný. Vyhľadanie pomoci sa tiež môže považovať za znak slabosti. Možno je aj toto príčina toho, že iba 38 % mužských obetí sa priznalo, že boli šikanovaní, na rozdiel od 61 dievčat. Keď vidíme, že staršie dievčatá sa úspešne vyhýbajú šikanovaniu a pohotovo vyhľadávajú pomoc, je jasné, že na školách sa musí vyvinúť stratégia rozprávania. Nikto, dievča ani chlapec v žiadnom veku, nesmie mať nikdy pocit, že hovoriť otvorene o svojom strachu alebo obavách je hanba.

Keby sa dosiahol tento ideál, vyplynuli by z neho mnohé výhody. Deti môžu hovoriť o iných problémoch, ktoré prežívajú v škole alebo doma. Mnohé môžu byť malicherné, ale iné veľmi závažné. Keď povzbudíme deti, aby hovorili o tom, že ich druhé deti šikanujú, bude pre ne ľahšie hovoriť o tom, že ich tyranizujú alebo zneužívajú dospelí. Ale toto sa stane iba vtedy, keď sa na škole vytvorí atmosféra otvorenosti - a to bude ťažké, pokiaľ nebude v celoštátnom záujme bojovať proti šikanovaniu a agresii.

Od roku 1990 až do roku 1995 sa zdalo, že sa vytvorilo celoštátne klíma záujmu. Vláda podporovala finančne mnoho výskumov a vývojových aktivít. V Anglicku a vo Walese vznikol projekt proti šikanovaniu. Na severe krajiny sa sponzorovala výroba, distribúcia balíčkov pre učiteľov a letáčikov s radami pre žiakov, rodičov a školské rady. Ja som bol menovaný zástupcom škótskej rady proti šikanovaniu a mal som na starosti podporu školám a miestnym orgánom, ktoré si vyvíjali vlastné stratégie.

Táto horúčkovitá aktivita už prešla a mohlo by sa zdať pravdou, čo hovoril starší pracovník vzdelávania, že išlo iba o jednomesačnú záležitosť. Avšak opak je pravdou. Som presvedčený, že nastal veľký pokrok: miestne orgány, školy a jednotlivci majú k dispozícii školiace materiály a poradenstvo. Vieme o probléme zložitých vzťahov, ktoré vedú k šikanovaniu, oveľa viac. Zhodnotili sme už mnoho stratégií a naďalej ich zdokonaľujeme. Ale čo je najdôležitejšie, obeť šikanovania majú oveľa väčšiu možnosť oznámiť svoje sťažnosti a venuje sa im patričná vážnosť.

### Stratégie boja proti šikanovaniu na školách

Mnohé školy si vyvinuli stratégiu boja proti šikanovaniu. A keď zvažíme množstvo pomoci a rád, ktoré je k dispozícii, nie je ospravedlnenie pre tie školy, ktoré ich nevyužívajú. Šikanovanie sa vyskytuje na každej škole, ibaže na niektorej viac a na inej menej.

V prieskume desiatich škôl, ktorý sme robili v roku 1989 boli značné rozdiely v miere šikanovania. Počet posledných obetí sa líšil od 2 do 15 percent. Pokusy vysvetliť to sociálnymi podmienkami, rodinným zázemím, depriváciou alebo privilégiami neboli veľmi presvedčivé, ale napriek tomu bolo jasné, že niektoré školy oveľa úspešnejšie v zvládnutí tohto problému, než iné. V troch školách boli iba 3 percentá obetí v poslednom období, ale boli to veľmi odlišné školy: jedna bola na vidieku, druhé dve v centre mesta. Ale tieto školy mali veľmi málo spoločného.

Pozorovanie škôl, ktoré sa vysporadúvajú so šikanovaním úspešne, ma vedie k presvedčeniu, že bez ohľadu na morálne, náboženské alebo disciplinárne normy školy existujú tri predpoklady na vytvorenie úspešnej stratégie boja proti šikanovaniu.

- **Čestnosť.** Učitelia a rodičia si musia uvedomiť, že tento problém existuje. S týmto, napríklad, nie je problém v Nórsku. Riaditelia majú právo očakávať podporu od rodičov a spoločnosti, keď pripustia, že tento problém existuje a majú právo urobiť pozitívne kroky k jeho zamedzeniu.
- **Otvorenosť.** Vytvorenie otvorenej atmosféry je hlavnou výzvou pre školy.
- **Zapojenie.** Ak sú rodičia, učitelia a žiaci zapojení do tvorby stratégie boja proti šikanovaniu, budú mať veľký záujem, aby táto stratégia bola úspešná.

Ako sa tieto ideály dosiahnu, to sa bude meniť od školy ku škole. Každá stratégia, ktorá chce byť úspešná, musí rešpektovať históriu a tradície školy. Musí stavať na existujúcej sile a napraviť priznané slabosti. Tabuľka 11.1 znázorňuje, ako sa toto dá dosiahnuť.

### Tabuľka 11.1: Vyvíjanie školskej stratégie boja proti šikanovaniu

Štádium	Zapojené skupiny
1. Priznanie	Učitelia a rodičia
2. Vyšetrovanie	Učitelia a žiaci, prípadne vonkajšia pomoc
3. Konzultácie	Učitelia, rodičia, žiaci, pomocní personál
4. Realizácia	Ako vyššie
5. Hodnotenie a modifikácia	Učitelia využívajú existujúce poradenské postupy

### **1. štádium - Priznanie**

Niektoré školské rady založené v Škótsku v r. 1989 napomohli tomuto procesu. Vybraní rodičia a učitelia majú právomoc žiadať od riaditeľa, aby podával o príslušnom probléme správy. V minulosti sa jednotliví rodičia, ktorí sa sťažovali na šikanovanie, cítili izolovaní. Často im bolo povedané, že problémy ich detí sú výnimočné prípady alebo že škola nemôže nič spraviť. Dnes existuje fórum, kde sa môže problém prediskutovať, ale či sa toto fórum využije, to závisí od záujmu zvolených rodičov a učiteľov. Závisí to aj od ich schopnosti presvedčiť riaditeľa, aby sa venoval tomuto problému vážne.

Školy, ktoré nemajú školské rady, sa budú musieť spoľahnúť na róznych rodičov a učiteľov, aby iniciovali zmenu. Ktokoľvek prevezme túto úlohu, bude musieť vytvoriť atmosféru spoločného záujmu o boj proti šikanovaniu. Treba sa jasne dohodnúť, že agresívne správanie sa nebude tolerovať a že všetci zúčastnení - žiaci, rodičia, učitelia a personál - budú spolupracovať pri jeho eliminovaní.

### **2. štádium - Vyšetovanie**

Najlepšie postavenie na vykonávanie tejto úlohy majú učitelia, ale môžu pochádzať z rôznych kabinetov. Na väčšine škôl sú najlepším výberom školskí poradcovia. Majú možnosť viesť prieskumy ako súčasť programu sociálneho vzdelávania. Na iných školách to môžu byť učitelia náboženstva, spoločenskej náuky alebo jazyka. Výsledkom ich skúmania môže byť zhodnotenie veľkosti problému a označenie aspektov, ktorým sa treba špeciálne venovať. Niekedy takýto prieskum odhalí aj iné, príbuzné problémy týkajúce sa ochrany detí, rasizmu alebo rovnakých príležitostí.

### **3. štádium - Konzultácie**

Úspešná stratégia boja proti šikanovaniu potrebuje spoluprácu učiteľov, rodičov, žiakov a všetkých ostatných v škole. Výsledok sa dosiahne skôr vtedy, ak sú všetky skupiny zapojené do procesu vývoja. V Nórsku sa organizujú špeciálne schôdze o šikanovaní, ktorých sa zúčastňujú rodičia, žiaci a učitelia. Žiaci sedia so svojimi rodičmi a sú vyzývané, aby sa zapájali do diskusie. Na vytvorenie správnej atmosféry sa najprv pustí video nahrávka a rodičom sa oznámi výsledok školského prieskumu.

Alternatíva je naniesť túto tému na školskej rade alebo na stretnutí rodičov s učiteľmi. Nevýhodou takéhoto stretnutia však je, že sú z tohto procesu vylúčené deti. Žiadna stratégia boja proti šikanovaniu nemôže byť úspešná bez ich aktívnej spolupráce.

### **4. a 5. Štádium - Realizácia, hodnotenie a modifikácia**

Tieto štádiá tvoria spolu s predchádzajúcim štádiom kontinuálny proces. Nech škola prijme akúkoľvek stratégiu, musia sa organizovať pravidelné konzultácie. Bez nich sa môže stať, že stratégia proti šikanovaniu sa stane ďalším spisom, ktorý sa založí a vytiahne až príchodom školských inšpektorov.

Je možné, že počas konzultačného procesu sa vynoria rôzne aspekty šikanovania. Možno sa príde na to, že sa vyskytuje v školských autobusoch alebo na ihrisku. Možno k nemu prichádza v určitý čas, napríklad cez dopoludňajšiu prestávku. Ihriská sú často bez dozoru a obeť sa doslova nemajú kde skryť. Možno sa šikanovanie týka iba malej skupiny detí, zatiaľ čo iní sú zraniteľní iba v určitých obdobiach, napríklad počas krízy v rodine alebo pri prechode na inú školu.

Vo všetkých týchto prípadoch bude potrebné dôkladne zrevidovať metódy kontroly. Nestačí povedať deťom, že budú v bezpečí, ak strávajú prestávku pod oknami personálu. Toto iba dieťaťu pridá pocit izolácie a môže to zvýšiť príťažlivosť šikanovania. Kontrolu musí vykonávať dospelý, ktorý je školený na vyhľadávanie znakov šikanovania a na poskytnutie vhodnej podpory obetiam.

Samozrejme, že deti nemôžu byť kontrolované nepretržite. Obmedzilo by to ich slobodu vyvíjať sa, ale môžu byť chránení v situáciách, o ktorých sa vie, že sú pre šikanovanie bežné. Aj samotní žiaci si môžu pomáhať, ale musia vedieť, že opatrenia proti šikanujúcim osobám sú dostatočne silné, aby ich odstrašili od pomsty.

Obetiam, ktoré boli vážne poškodené, treba poskytnúť poradenstvo. Môže ho poskytnúť výchovný pedagóg, psychológ alebo aj školený dospelý, s ktorým sa žiak stotožní. Ale deti vyhľadajú takúto pomoc iba vtedy, keď sa šikanovanie nanesie ako téma bežnej školskej hodiny. Môže sa tak stať na predmete spoločenskej výchovy, jazyka a podobne.

Od roku 1990 sa zaviedlo niekoľko nových stratégií boja proti šikanovaniu. Medzi iným sem patrí metóda spoločného záujmu, prístup bez hanby a rôzne typy podpory rovesníkov alebo poradenstva. Všetky z nich majú svoje kladné stránky a môžu sa využiť pri odsúhlasenej celkovej stratégii. Ale žiadna z nich nebude fungovať úspešne dlhodobo, pokiaľ nebude predmetom pravidelného hodnotenia a modifikácií.

### **Dôvod k starostiam**

Ak je pomoc obetiam šikanovania taká ťažká, ak musí škola urobiť totálne prehodnotenie svojej stratégie, prečo sa obťažovať? Takéto myšlienky možno vysvetľujú, prečo sa tak dlho šikanovanie ignorovalo. A ďalej fakt, že pre učiteľov bolo ťažké realizovať nenásilný model pre žiakov, keď normálnou metódou trestania vážnych priestupkov vola trstenica a remeň. Ale dnes je toto odstránené.

Deti, ktoré sú šikanované, sa nevedia sústrediť na školskú prácu. Niektorým sa fyzicky ublíži, mnohí utrpia psychologické poškodenie. Lekcia, ktorú dostanú, ich môže spevniť, ale môžu aj nadobudnúť presvedčenie, že dospelým na deťoch nezáleží. Popremýšľajte o tejto sťažnosti 12-ročného dievčaťa:

*Ludia sú proti mne a smejú sa mi na všetko, čo poviem. Na hodine prírodovedy som niečo povedala a všetci sa mi smiali, okrem mojej najlepšej kamarátky. Prezývajú ma posmešnou prezývkou. Veľmi ma to bolí. Skúšala som to povedať mame, ale tá mi povedala, nech to poviem učiteľovi. To ale nemôžem. Prosím, pomôžte mi.*