

CELOŠKOLSKÝ PRÍSTUP V PREVENCIÍ ŠIKANOVANIA

Postupujeme v zmysle Smernice č. 36/2018 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach podľa Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky

Šikanovanie v školskom veku

Na úvod niekoľko informácií relevantných pre problematiku šikanovania v prostredí ZŠ.

Ide o agresívne správanie, ktoré sa vyznačuje nasledujúcimi znakmi:

1. zjavný úmysel ublížiť druhému, či už fyzicky alebo psychicky,
2. útočníkom môže byť jedno dieťa, alebo skupina detí,
3. porušuje situačne platné normy,
4. nie je motivované snahou pomôcť druhej osobe ani inými prosociálnymi úmyslami,
5. trvá istý čas - opakuje sa,
6. je typické nerovnováznym vzťahom silnejší - slabší, zneužívaním moci.
7. spája sa s tendenciou kontrolovať iných, demonštrovať moc, absenciou súcitu, empatie.

- je preto najnebezpečnejšou formou agresívneho správania

Šikanovanie – tyranizovanie v detskom veku teda znamená, že jedno dieťa alebo skupina detí hovorí inému dieťaťu nepekné, neprijemné veci (verbálna agresivita), bije ho, kope, zamyká ho v miestnosti (fyzická agresivita), skrýva, berie alebo ničí jeho veci, alebo sa mu vyhráza. Tieto incidenty sa môžu často opakovať a pre šikanované dieťa je obtiažne, aby sa samo ubránilo.

- v ZŠ sa výskyt šikanovania odhaduje na približne **50 %**, čo sa každým rokom zvyšuje (SNSLP, 2017/2018)
- k šikanovaniu dochádza častejšie v škole (v triedach, na chodbách, vo WC, odľahlých školských priestoroch...), než na ceste do školy a zo školy; u mladších žiakov aj na ihrisku
- bez ohľadu na to, k akej intenzite šikanovania dochádza, jeho prežívanie u obeť je bolestné, traumatizuje ju bezprostredne a ako u obeť, tak aj u útočníkov sa jeho dôsledky často prejavujú ešte dlho po ukončení školskej dochádzky. Napr. deti, ktoré sa počas školskej dochádzky „naučia“, že násilie a šikanovanie sa vyplácajú, využívajú podobné stratégie správania aj v dospelosti.

Kedy nejde o šikanu

Nie všetky prejavy nevhodného správania medzi deťmi či mladými

ľuďmi môžeme považovať za šikanu. Šikana napríklad nie je:

1. Keď sa deti medzi sebou pohádajú, dostanú do konfliktu alebo sa pobijú
2. Keď sa menia vzájomné vzťahy, preferencie a priateľstvá detí
3. Keď sa deti či mladí ľudia medzi sebou nechcú priateľiť (napríklad moje dieťa sa nechce skamarátiť s dieťaťom môjho nadriadeného a pod.)
4. Keď dieťa nezapadá alebo nechce zapadať medzi skupinu rovesníkov.

Kyberšikana

Kyberšikanovanie sa vyznačuje nasledujúcimi znakmi:

1. sociálna prevaha alebo psychická prevaha agresora, nie je nutná fyzická prevaha,
2. agresor vystupuje často anonymne,
3. útok nevyžaduje fyzický kontakt agresora a obeť,
4. agresor spravidla nevidí priamu emocionálnu reakciu obeť na útok s ohľadom na anonymitu a odstup, ktoré informačno-komunikačné technológie umožňujú,
5. útoky sa šíria prostredníctvom internetu podstatne rýchlejšie ako inými spôsobmi,
6. útoky sú prístupné veľkému množstvu osôb,
7. agresor je schopný uskutočniť útok z rôznych miest,
8. útoky môžu mať dlhšie trvanie v čase,
9. obeť nemusí o napadnutí dlhšiu dobu vedieť,
10. obeť nemusí byť schopná identifikovať agresora,
11. zverejnené informácie, fotografie a audiozáznamy a videozáznamy môže byť náročné odstrániť z internetu.

Kyberšikanovanie - rizikové správanie prostredníctvom nástrojov mobilnej komunikácie a internetu. Ide o priamu formu šikanovania, pri ktorej ide o zneužitie informačno-komunikačných technológií (najmä telefónu, tabletu, internetu a sociálnych sietí) na úmyselné ohrozenie, ublíženie alebo zastrašovanie, pričom sa často vyskytuje v spojení s inými formami šikanovania.

➤ podľa výskumu v šk. roku 2017/2018 (SNSLP) kyberšikanovanie zažilo približne **37%** žiakov

Je povinnosťou každej školy poskytovať svojim žiakom pokojné a bezpečné prostredie pre učenie a výchovu, zabezpečovať a chrániť práva každého dieťaťa, a to aj právo na život bez bolesti. To je hlavný dôvod, prečo sa narastajúcou problematikou agresivity, tyranizovania - šikanovania a ich prevencie v každej škole systematicky a komplexne zaoberať.

Stratégia školy v prevencii šikanovania

Hlavná zásada pre zvládanie agresivity a tyranizovania v škole:

Čím intenzívnejšie sa do akejkoľvek práce pri obmedzovaní šikanovania už od fázy plánovania zapojí celý učiteľský zbor, žiaci a ich rodičia aj ostatní zamestnanci školy, tým pravdepodobnejšie je dosiahnutie dobrých výsledkov.

- najnovšie štúdie problematiky tyranizovania zdôrazňujú dôležitosť celoškolského prístupu v predchádzaní a zvládaní prejavov agresivity a šikany v prostredí školy
- **celoškolský prístup znamená:**

Na úrovni vedenia školy:

1. Zabezpečiť zvýšenie informovanosti o problematike šikanovania v škole
 - všetci učitelia musia byť informovaní o rozsahu problému (preto by sa mal predtým uskutočniť celoškolský prieskum) a o účinných spôsoboch pomoci
 - rodičia a žiaci musia byť informovaní o tom, že to škola myslí s bojom proti agresivite a šikanovaniu vážne a že očakáva ich aktívnu spoluprácu
 - žiaci musia byť informovaní o tom, že učitelia zistili výskyt šikanovania a sú pripravení načúvať sťažnostiam. Ďalej musia žiaci vedieť, že bude začatá konkrétna akcia.
2. Vypracovať komplexný prístup či stratégiu k tejto problematike, ktorí zabezpečí, aby sa etika zameraná proti agresivite a šikanovaniu stala súčasťou školskej kultúry a aby všetci žiaci aj učitelia prijali za vlastné princípy, ciele a hodnoty, ktoré sú do tejto stratégie zahrnuté.

Celoškolská stratégia zameraná proti šikanovaniu je:

 - súčasťou školských zásad, vnútorného školského poriadku týkajúceho sa správania a disciplíny
 - je vypracovaná v procese širokej a dôkladnej diskusie zamestnancov školy (vrátane nepedagogických pracovníkov), rodičov, členov školskej rady a žiakov
 - zahŕňa jasnú definíciu šikanovania, so zrozumiteľným vymenovaním všetkých spôsobov správania, ktoré deti ako šikanovanie prežívajú
 - jasne stanovuje, že šikanovanie a agresivita nebudú v škole tolerované
 - poskytuje zamestnancom školy, žiakom a rodičom jasný návod, čo robiť, keď sa dozvedia o prípade šikanovania
 - venuje pozornosť otázkam spojeným s vytváraním klímy, v ktorej môžu deti hovoriť o svojich pocitoch a cítiť, že sa môžu niekomu zveriť v prípade, že by boli šikanované, alebo by sa dozvedeli, že je šikanovaný niekto iný
 - je dobre známa všetkým zamestnancom a žiakom školy
 - je priebežne aktualizovaná.
3. Aktualizovať pravidlá a súbory pravidiel správania v škole
 - každá škola má vnútorný školský poriadok - zoznam pravidiel správania sa v škole, ktorý obsahuje aj pravidlo proti šikanovaniu a princípy úcty voči ostatným
 - ak je to možné, sú žiaci zapojení do koncipovania týchto pravidiel

- existencia a zverejňovanie takýchto pravidiel sa často mylne považuje za dostatočný základ disciplíny. Samy osebe však nepostačujú, pravidlá musia byť zdôvodnené.

Potrebnosť jednotlivých pravidiel môže byť jasná učiteľom, nie vždy je však zrejmá žiakom a rodičom. Uplatňovanie každého pravidla v živote školy a racionálne regulačné pôsobenie na správanie závisí od jeho pochopenia. Každé pravidlo, pre ktoré neexistuje rozumné vysvetlenie, je podozrivé.

- nikdy netreba zabúdať na to, že na školách sa vedľa vedomostí a spôsobilostí učia aj hodnoty! Časť tohto učenia je zahrnutá do vyučovacích hodín, ale väčšinou sa uskutočňuje prostredníctvom vzájomného správania učiteľov a žiakov, vrátane spôsobov, akými sú uplatňované pravidlá. Existencia súboru písaných pravidiel v škole nemusí znamenať, že ich budú všetci učitelia aplikovať rovnakým spôsobom. Musí však vládnuť vzájomná zhoda medzi učiteľmi, pokiaľ ide o ciele plánu výchovného pôsobenia školy.
 - väčšina súborov pravidiel (školského poriadku) je písaná pre žiakov. Správanie učiteľov ale musí byť s nimi v súlade. Pokiaľ sa žiakom hovorí, aby boli zdvorilí a úctiví k druhým, musia im byť učitelia svojim vystupovaním voči dospelým i deťom dobrým príkladom takéhoto správania.
 - pravidlá správania sa v škole musia byť v súlade s etickou a náboženskou výchovou
 - ak majú byť pravidlá účinným nástrojom regulácie správania v škole, ich počet nemá presiahnuť nevyhnutné minimum
 - dôvod zaradenia každého pravidla do vnútorného poriadku školy by mal byť jasný a vysvetlený. Nejasné, despoticke alebo malicherné pravidlá diskreditujú celý súbor.
 - pokiaľ je to možné, pravidlá majú byť formulované pozitívne, napr.: Žiaci budú mať k sebe navzájom dobré vzťahy (nie: Žiaci si nebudú navzájom ubližovať)
4. Vytvárať, udržiavať a podporovať dobrú školskú klímu
- škola ponúkala príjemné prostredie pre žiakov a rodičov, pre zverovanie sa s úspechmi, obavami i ťažkosťami,
 - škola je aktívna v snahe informovania rodičov o tom, čo robí v oblasti predchádzania a potlačania prejavov agresivity a v čom očakáva ich pomoc.
5. Podporovať a zabezpečovať neustále zvyšovanie odbornej kompetencie učiteľov vo výchove
- učitelia neočakávajú, že žiaci zvládnu učivo okamžite, chápu postupnosť tohto procesu a sú teda tolerantnejší k ich počiatočným neúspechom, povzbudzujú ich snahu a oceňujú ich dielčie úspechy. Naproti tomu majú sklon považovať vhodné sociálne správanie žiakov za samozrejmosť, zvlášť u žiakov vyšších ročníkov, a očakávajú, že sa budú správať vhodným spôsobom v najrôznejších situáciách prakticky okamžite. Preto zrejme venujú vhodnému sociálnemu správaniu svojich žiakov menej pozornosti než ich dobrým výsledkom v učení a zameriavajú sa viac na ich sociálne správanie nežiadúce. Je užitočné si túto tendenciu uvedomiť a snažiť sa venovať vhodnému sociálnemu správaniu žiakov v triede systematickú pozornosť, prekonávať pocit únavy a prípadnej podráždenosti a učiť sa prejavovať trpezlivosť, pokoj a dobrú náladu a

osvojovať si metódy a techniky výchovy sociálne pozitívneho správania sa žiakov v triede

- škola preto podporuje všetkých učiteľov a výchovných pracovníkov školy v osvojovaní metód a techník rozvíjania sociálnych spôsobilostí, podporovania sebadôvery, rozvíjania asertívnych namiesto agresívnych prejavov v správaní detí, relaxácie a odbúravanie napätia žiakov, ktoré je jedným zo zdrojov agresívnych prejavov


Na úrovni triednych učiteľov a vyučujúcich:

Počas školskej dochádzky zažije šikanovanie veľké percento detí; je preto rozumné riešiť tento problém so všetkými žiakmi, viesť ich k tomu, aby si uvedomovali procesy prebiehajúce pri šikanovaní. Vedomie vlastnej zodpovednosti a možnosti jeho ovplyvnenia im pomôže dodať sebadôveru a pocit pozitívneho vplyvu pri predchádzaní šikanovania


V prevencii šikanovania v triede je potrebné:

1. Vytvorenie spolupracujúcej triedy

- svoju výchovnú prácu aj realizáciu úloh vyučovania učiteľa uskutočňujú tak, aby deti povzbudzovali v rozvíjaní schopnosti konštruktívneho riešenia konfliktov, aby svoje interpersonálne problémy nemuseli riešiť spôsobmi, ktoré fyzicky alebo psychicky zraňujú druhých. Jedným zo spôsobov, ako to dosiahnuť je vytvorenie „spolupracujúcej triedy“, v ktorej majú deti rozvinuté nasledujúce spôsobilosti a schopnosti:
 - ⇒ sebaúcta a úcta k druhým
 - ⇒ komunikácia
 - ⇒ asertivita
 - ⇒ nezaujatosť a kritické myslenie
 - ⇒ empatia
 - ⇒ spolupráca
 - ⇒ nenásilné riešenie konfliktov
- je to možné dosiahnuť napríklad nasledujúcimi spôsobmi:
 - a) zapájaním detí do programov vyžadujúcich používanie metód spolupráce a riešenia problémov. Používanie skupinovej práce pri úlohách v triede i mimo nej nielen posilňuje schopnosť presadiť sa, ale zároveň poskytuje aj príležitosť k nadväzovaniu priateľstva.
 - b) využívaním hier a cvičení vyžadujúcich spoluprácu detí v triede, rozvíjajúcich ich sebaopoznanie, sebadôveru, zodpovednosť, psychickú odolnosť.
 - c) **Námety:**

 Berneyová, P. H. - Savary, L. M.: Jak nevychovat dítě s pocitem méněcennosti.

Praha, Portál 1998.

 Canfield, J. - Clive Wels, H. C.: Hry pro zlepšení motivace a sebezpečí žáku.

Praha, Portál 1995.

 Canfield, J. - Siccone, F.: Hry pro výchovu k odpovědnosti a sebedůvěře.

Praha, Portál 1998.

- 📖 Karnsová, M.: Jak budovat dobrý vztah mezi učitelem a žákem. Praha, Portál 1995.
- 📖 Portmannová, R.: Hry pro posílení psychické odolnosti. Praha, Portál 1999. 📖
Portmannová, R.: Jak zacházet s agresivitou. Praha, Portál 1996.

2. Tréning asertivity

- tréning asertivity sa spravidla uskutočňoval so skupinami obetí šikanovania, ukázalo sa však, že je riskantné vyčleňovať tieto deti a dávať im najavo, že musia zmeniť svoje správanie; pokiaľ vyskúšajú príslušné postupy a neuspeli, bude to len ďalšia rana pre ich sebavedomie, ktoré aj bez toho môže byť veľmi znížené
- je veľmi užitočné uskutočňovať výcvik asertivity pre všetky deti, aby sa naučili rozlišovať neasertívne, asertívne a agresívne správanie a využívať asertívne postupy a komunikáciu namiesto neasertívnej a agresívnej, čo im pomôže úspešne zvládať mnohé interpersonálne situácie v živote. Námety nájdete napr. v tejto literatúre:

📖 Vališová, A.: Asertivita v rodině a ve škole. Jinočany, H&H 1998.

📖 Parry, J. - Carrington, G.: Čelíme šikanování. Sborník metod.

Metodický materiál Institutu pedagogicko-psychologického poradenství ČR, Praha, 1996.

3. Relaxačné techniky

- s výcvikom relaxačných spôsobilostí sa odporúča začať už v útlom veku, možno na to využiť hodiny telesnej výchovy alebo pobyty v škole v prírode, pri ktorých sa deti naučia uvedomovať si rozdiel medzi pocitom uvoľnenosti a napätia alebo rozčúlenia a pod.
- lepšia znalosť a vedomie toho, ako reaguje naše telo na stres, nám umožňuje začať kontrolovať svoje pocity a správanie, čo je zvlášť dôležité u agresívnych detí, ale aj u obetí
- príklady relaxačných cvičení a hier nájdete napr. v literatúre:

📖 Lokšová, I. - Lokša, J.: Poroznost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole. Praha, Portál 1999.

📖 Portmannová, R. - Schneiderová, E.: Hry zaměřené na zvýšení koncentrace a uvolnění. Praha, Portál 1993

4. Zvyšovanie sebavedomia

- výskum naznačuje, že mnoho obetí a niektorí útočníci majú znížené sebavedomie
- existuje súvislosť medzi deťmi, ktoré majú pocit, že neuspeli v škole a výskytom problémov v správaní
- príklad jednej školy, ktorá sa pokúsila vytvoriť sociálnu klímu, aby čo najviac detí malo dostatok sebadôvery a sebavedomia, môže byť podnetom aj pre vašu školu. Aby to dosiahla, začala táto škola prechádzať na uznávanie iných kritérií ohodnotenia, než obvyklých kritérií školských a športových úspechov. Napr.:

- ⇒ tým, že učitelia vždy napíšu nejaké kladné zhodnotenie práce detí
- ⇒ prechodom od písania vysvedčení o prospechu na model používajúci zaznamenávanie výkonov, pri ktorom si učitelia s každým dieťaťom sadnú a pomôžu mu spísať odstavec zhŕňajúci ním dosiahnuté výsledky
- ⇒ udeľovaním pochvál za výkony v mimoškolskej činnosti, napr. v umeleckej oblasti (aj keď nešlo o reprezentáciu školy), za včasné príchody do školy napriek rodinným problémom a povinnostiam (negatívne hodnotenie nebolo používané)
- ⇒ zavedením týždňa umeleckej činnosti na nižšom stupni školy, kde boli deti povzbudzované, aby tlieskali a vzájomne oceňovali svoje výkony
- ⇒ zvyšovanie sebavedomia možno nacvičovať aj niektorými technikami, napr.

❖ Kričať „NIE“ – je užitočné naučiť všetky deti hlasno a hlbokým hlasom kričať „NIE, CHOĎ PREČ!“. Pokiaľ to budú nacvičovať s presvedčením, dokážu to použiť kedykoľvek pri pocite ohrozenia - vrátane situácií, keď budú šikanované, sexuálne obťažované, niekto im vnucuje drogu a pod. Okrem kričania „nie“ by sa deťom malo odporúčať, aby:

1/ prípad niekomu oznámili (učiteľovi alebo inej dospelšej osobe) 2/ získali pomoc kamarátov.

❖ Hranie rolí – deťom môžeme pomôcť aj tým, že im umožníme prehrať si situácie šikanovania. Tak si môžu nacvičiť napr. ako pôsobiť ako silný/á/, ako odolávať nátlaku a ako sa vyrovnávať s provokáciami. Môžu si vyskúšať rôzne reakcie na šikanovanie a provokácie, napr. úsmev, poďakovanie alebo odchod, ale vždy majú zostať pokojné. Majú tiež príležitosť „byť v koži toho druhého“ (napr. útočník si môže zahrať rolu obeť a naopak).

❖ Humor – výskum naznačuje, že niektorým obetiam šikanovania robí problémy smiať sa seba samým. Môžete deťom pomôcť, pokiaľ sa vám podarí vysvetliť im rozdiel medzi zlomyseľným humorom, ktorý má ublížiť, a láskavým humorom, na ktorom sa môžu spoločne zasmiať. Pokiaľ deti dokážu vidieť svoju vlastnú smiešnu stránku, môžu zistiť, že je menej pravdepodobné, že sa stanú terčom šikanovania. Dôležitú úlohu tu hrá model rolí používaný učiteľmi.

❖ Nereagovať prehnane – niektoré prípady šikany začínajú chybnou interpretáciou nejakého činu (napr. Peter náhodou zavadí o Martina a Martin do neho na odplatu vrazí). Môžete deťom pomôcť tým, že im budete odporúčať, aby nereagovali prehnane a aby sa nenechali hneď vyprovokovať. Aj tu môžete, ako učitelia, poskytovať dôležitý model rolí tým, že budete jednať uvážene, budete deťom poskytovať možnosť záležitosť vysvetliť.

5. Zamerať sa na novo nastupujúcich žiakov

- Novo nastupujúce dieťa do sformovaného triedneho kolektívu môže byť často odmietané a ako také aj obeťou šikanovania, rovnako žiaci prechádzajúci z 1. na 2. stupeň ZŠ sa často stávajú obeťami starších

- je užitočné venovať sa tejto otázke v diskusii s deťmi a použiť i ďalšie preventívne postupy, organizovanie výuky všetkých prvých alebo piatych ročníkov v jednej časti školy; určenie starších žiakov, ktorí sa budú starať o nastupujúcich žiakov a pod.
- v každej ZŠ je potrebné čas od času prehodnotiť stratégiu školy v prevencii a zvládaní prejavov agresivity a šikany a podľa potreby prijať iné opatrenia alebo postupy

Výchovná práca s agresormi

Deti, ktoré sa zúčastnili závažnej šikany alebo ju dokonca zosnovali, predstavujú veľmi vážny a zložitý pedagogický problém. Nesmú sa však odsúdiť a „odpísať“ ani vtedy, keď sa nám ich konanie protiví a je pre nás nepochopiteľné. Tieto deti je treba aj po zvládnutí šikany pozorne sledovať a zakročiť pri prvom náznaku recidívy. Hlavnou úlohou pedagóga je tlmiť sklony agresorov, ale i detí, ktorých účasť na šikanovaní bola menej závažná.

Odporúča sa uplatňovať hlavne tieto postupy:

1. Používať čo najviac pochvaly. Oceniť ich nezávadné správanie a pochváliť hlavne, ak pozorujeme, že zvládli svoju impulzivitu v provokujúcich situáciách.
2. Zamestnávať ich činnosťou, ktorá je pre nich atraktívna a v ktorej môžu byť úspešní, možno až vyniknúť. Môže to byť zvlášť práca s materiálom (drevo, hlina), praktická činnosť.
3. Učiť ich sociálnym spôsobilostiam - ako sa správať v rôznych situáciách k iným ľuďom bez toho, aby museli používať násilie. Je to zdĺhavá a neistá cesta, ale každá, aj malá pozitívna zmena má veľký význam ako pre dieťa samotné, tak aj pre spoločnosť.
4. Povzbudzovať v nich empatiu - schopnosť súcitiť s inými, vedieť si predstaviť pocity druhých. Deti, ktoré šikanujú, ťažko chápu, ako silne trpia ich obeť, pretože často sami nezažili citovú blízkosť inej osoby v rodine. Je potrebné im poskytnúť vedomie, že sú milované.
5. Pomáhať im, aby si vybudovali osobnú perspektívu, aby vedeli, čo čakajú od budúcnosti a kvôli čomu sa im oplatí byť dobrými.

Ak však vieme, že na daného agresora žiadna z uvedených sankcií neplatí, netreba plytvať pokusmi a je treba sústrediť sa na to, dostať ho zo školy. Šikana je z morálneho hľadiska aj z hľadiska spôsobenej škody závažnejším priestupkom, než napr. krádež alebo sexuálny delikt (pokiaľ nebol spojený s násilím) a je vážnou chybou posudzovať jej závažnosť len podľa merateľných a preukázateľných škôd. Je preto opodstatnené uplatňovať najväčšie možné opatrenia – preradenia do diagnostických ústavov, liečebno-výchovných sanatórií a pod.

Pomoc obetiam šikany

Niektoré deti sú schopné využiť rady, ako riešiť konfliktné situácie napadnutia, iné je potrebné chrániť dospelými. Rôzni autori odporúčajú hlavne tieto spôsoby obrany proti šikane (môžu ich poradiť obeti i učitelia):

- prostý únik v pravú chvíľu, vmiesiť sa medzi ostatné deti, od ktorých môže získať pomoc
- útek s krikom: „Nie! Nechaj ma! Chod' preč!“
- reakcia na posmech: mlčanie, alebo výroky typu „To je fakt!“, „Ďakujem!“
- energické odseknutie
- neútočný, neprovokatívny slovný prejav, zvlášť ohradenie sa proti slovnému napadnutiu
- získanie pomoci iných detí, ktoré sú nablízku
- ignorovanie verbálnej agresivity a pokus o nadviazanie priateľského kontaktu
- obranný postoj bez nepriateľstva
- protiútok bez ohľadu na presilu.

Deťom, ktoré sa stali obeťami šikany, možno pomôcť individuálnym i skupinovým poradenstvom, ktoré poskytujeme im aj ich rodičom (niekedy dieťa vyžaduje starostlivosť klinického psychológa a psychiatra).

Na koho sa obrátiť v prípade podozrenia na šikanovanie:

- podporný tím školy (školský psychológ, výchovný poradca, sociálny pedagóg, vedenie školy, triedny učiteľ, koordinátor prevencie a i.)
- CPPPpP – pracovisko poradenstva a prevencie, ktoré spolupracuje so školou
- Linky pomoci:
 - sikana.sk
 - vudpap.sk/en/sikanovanie/
 - odpisemeti.sk
 - viacakonick.sk (kyberšikana)
 - IPčko
 - Linka dôvery Nezábudka
 - Linka detskej dôvery OZ Lienka
- ÚPSVAR
- Policajný zbor SR

Spracované: SZŠ Slobody 1, 2022