ZÁKLADNÁ ŠKOLA S MATERSKOU ŠKOLOU
BORODÁČOVA 2
BRATISLAVA

Príručka pre rodičov žiakov ako postupovať pri riešení šikany alebo podozrenia na šikanu

Šk. rok: 2025/2026 Bratislava

Mgr. Nikola Juráčková, školský psychológ

Mgr. Bc. Martin Kotyra, PhD., riaditeľ školy

1. **Šikana môže mať rôzne formy. Ide o opakované nežiaduce správanie, ktorým sa agresor snaží získať moc alebo prevahu nad obeťou, ponížiť ju či zastrašiť.**

   a) **Priama šikana** je opakované **úmyselné ubližovanie** (fyzické, verbálne, psychické či emocionálne), **zamerané priamo na obeť** a často sledované ostatnými žiakmi. **Nepriama šikana** sa môže prejaviť aj **zámerným prehliadaním** a **ignorovaním**, pričom **je dôležité rozlíšiť**, či **ide o šikanovanie,** alebo len o prejav slabšie rozvinutých sociálnych zručností detí.
   b) **Šikanujúcim** je ten, **kto opakovane ubližuje**, **šikanovaným** je ten, **kto trpí útokmi**, a **účastníkom** je ten, **kto je prítomný alebo o šikane vie**, no **priamo sa jej nezúčastňuje.**
   c) **Dôvodom šikanovania** býva **odlišnosť** obete – napríklad zdravotné znevýhodnenie, pohlavie, náboženstvo, národnosť, orientácia, jazyk, sociálne zázemie alebo aj drobnosti ako okuliare či nadváha.
   d) Šikana môže byť **verbálna** (nadávky, urážky, vyhrážky, zastrašovanie či vylučovanie z kolektívu), **fyzická** (bitie, kopanie, ničenie vecí), **psychická** a **emocionálna** (ponižovanie, zosmiešňovanie, šírenie klamstiev, ohováranie či urážanie blízkych) alebo **elektronická – tzv. kyberšikana** (ubližovanie cez internet či mobil, šírenie zahanbujúcich informácií alebo obrázkov, často anonymne a ťažko odstrániteľne).

2. Čo naopak šikanou nie je?

- **Jednorazový** alebo **impulzívny prejav násilia alebo agresie** medzi žiakmi akútnym neovládnutím emócií, ktoré bezprostredne odznievajú,
- **Prejav násilia alebo agresie** medzi žiakmi mimo školy, ktorý nevyplýva zo vzťahov medzi žiakmi v škole, okrem kyberšikanovania,
- **Nezhoda** medzi zamestnancom školy a žiakom súvisiaca s výchovnovzdelávacím procesom.

3. Zbystrite, ak vnímate, že vaše dieťa:

- **Prejavuje zmeny správania**: uzatváranie sa, nadmerne sa obáva, smútok, plač, apatia, výbuchy hnevu, odmieta chodiť do školy.
- **Sťažuje sa na bolesti hlavy, brucha**.
- **Zhoršenie prospechu alebo strata záujmu** o veci, ktoré malo rado.
- **Fyzické stopy**: modriny, poškodené veci, časté strácanie osobných predmetov.
- **Nemá kamarátov**.
- Dieťa môže hovoriť **v náznakoch alebo úplne mlčať** – buďte vnímaví a trpezliví.

4. Čo môžem ako rodič urobiť?

- **Vypočujte dieťa** bez obviňovania alebo bagatelizovania.
- **Uistite ho**, že nie je vinné a že mu chcete pomôcť.
- **Zaznamenajte**, čo vám hovorí (čas, miesto, mená, okolnosti).
- **Informujte triedneho učiteľa alebo školu** – je ich povinnosťou konať.

5. Ako mám riešiť problém so šikanou, ktorá sa týka školy?

- Kontaktujte **triedneho učiteľa**, prípadne **školského psychológa, výchovného poradcu alebo riaditeľa školy**.
- **Škola musí preveriť podozrenie**, zabezpečiť bezpečie vášho dieťaťa a urobiť zápis o incidente.
- V prípade potreby **škola spolupracuje s poradenským zariadením, úradom práce, sociálnych vecí** a **rodiny** alebo **políciou.**

6. Čo nerobiť?

- **Nezľahčujte situáciu** („to nič nie je“, „veď sa to stáva“).
- **Nesnažte sa dieťa nútiť,** aby „bolo tvrdšie“ alebo „vrátilo úder“.
- **Nekontaktujte rodičov žiaka podozrivého ako agresora alebo neriešte situáciu „na vlastnú päsť“** – môže to zhoršiť konflikt.
- Proces vyšetrovania má presný postup, aby sa zamedzilo opätovným ujmám na psychike dieťaťa.

7. Po dokázaní šikany môže škola agresora potrestať nasledovne:

- **Znížením známky zo správania**.
- Uložením **výchovného opatrenia** podľa školského zákona.
- **Podaním podnetu** na políciu alebo orgány sociálnoprávnej ochrany detí.

8. Čo škola urobiť nemôže:

- **Ignorovať podozrenie** na šikanu.
- **Trestať obeť alebo účastníkov**, ktorí ohlásili šikanu.
- **Presunúť zodpovednosť** len na rodiča alebo dieťa.

- **Preradiť agresora** do inej triedy, bez súhlasu jeho zákonných zástupcov alebo ho **vylúčiť zo školy**.

9. Čo môžem ako rodič ešte urobiť, ak sa dieťa necíti v triede dobre?

- **Zhovárať sa s dieťaťom pravidelne** o jeho pocitoch.
- Využiť **pomoc školského psychológa** alebo **externého odborníka**.
- Požiadať školu o **preradenie dieťaťa do inej triedy**.
- Zvážiť **zmenu školy**.
- **Podporovať dieťa** v aktivitách mimo školy, kde zažíva prijatie a úspech.

10. Čo robiť, ak sa deje šikana mimo školy?

- Ak ide o **kyberšikanu** týkajúcu sa vzťahov medzi žiakmi, škola ju rieši aj v prípade, že vznikla mimo vyučovania.
- V prípade fyzického alebo verbálneho útoku **mimo školy** je možné obrátiť sa na políciu alebo inštitúcie, ktoré pomáhajú obetiam násilia.

11. Právne normy k téme šikanovania:

1. **Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a v školských zariadeniach. -** Dostupné z: https://www.minedu.sk/data/att/d76/32441.fb1a83.pdf
2. **Školský zákon č. 245/2008 Z. z.**
3. **Zákon č. 138/2019 Z. z. o pedagogických a odborných zamestnancoch**
4. **Antidiskriminačný zákon č. 365/2004 Z. z.**
5. **Trestný zákon č. 300/2005 Z. z.** (napr. trestné činy ublíženia na zdraví, vydierania, prenasledovania, ohovárania a ďalšie). - Dostupné z: https://www.zakonypreludi.sk/zz/2005-300
6. **Zákon č. 372/1990 Zb. o priestupkoch -** Dostupné z: https://www.epi.sk/zz/1990-372.
7. Škola sa tiež riadi vlastným **školským poriadkom** a **pracovným poriadkom**.