

ŠIKANOVANIE

(*informačný list pre rodičov*)

Šikanovanie - násilie, agresívne správanie medzi školskými deťmi v poslednom období sa výrazne zvýšili a majú hrozivé kontúry. Okrem fyzického násillia stúpa psychický teror, keď deti vyžadujú od spolužiakov peniaze, jedlo alebo iné služby. Šikanované dieťa sa často nedokáže nikomu zdôveriť, lebo si myslí, že chyba je v ňom. Avšak svoje prejavy signalizuje skryto.

Vnímaví rodičia by mali venovať pozornosť najmä týmto varujúcim príznakom v správaní dieťaťa:

- za dieťaťom neprichádzajú domov spolužiaci, priateľ
- dieťa nemá ani jedného priateľa, s ktorým by trávilo voľný čas, s ktorým by si napr. telefonovalo, hralo sa, ...
- nechce ísť ráno do školy (najmä, ak predtým malo školu rado). Dieťa odkladá odchod z domu, prípadne na ňom možno pri starostlivejšej pozornosti badať strach, alebo stráca chuť do jedla.
- dieťa nechodí do školy a zo školy najkratšou cestou, prípadne strieda rôzne cesty, prosí o dovoz či odvoz autom
- dieťa chodí domov zo školy hladné (agresori mu berú desiatu alebo peniaze za desiatu)
- zaspáva s plačom má nepokojný spánok, kričí zo sna, možno práve „nechajte ma!“
- dieťa stráca záujem o učenie a schopnosť sústrediť sa, zhoršuje sa jeho školský prospech, niekedy náhle
- dieťa býva doma smutné, či apatické alebo sa objavujú výkyvy nálad, zmienky o možnej samovražde. Odmietajú sa zdôveriť s tým, čo ho trápi.
- dieťa nápadne často hlási stratu osobných vecí alebo ich má poškodené, znečistené
- dieťa žiada o peniaze, pričom udáva málo vierohodné dôvody (napr.stratilo ich), prípadne kradne peniaze

- dieťa sa sťažuje na neurčité bolesti brucha, hlavy, možno ráno zvracia, snaží sa zostať doma. Svoje zdravotné ťažkosti môže preháňať.
- zdržuje sa viac doma než malo vo zvyku

Čo je možné urobiť, ak sú zmeny správania u dieťaťa totožné s uvedenými signálmi?

- v prvom rade venujte dieťaťu zvýšenú pozornosť, nadviažte s ním pozitívny kontakt, aby ste sa pokojne porozprávali a zistili, čo sa vlastne deje a ono sa mohlo vyrozprávať. Mladšie dieťa nechajte nakresliť čo sa stalo.
- reagujte neodsudzujúco ale chápavo, aby sa presvedčilo, že ste spojencami dieťaťa, že za ním pevne stojíte a že šikanovanie považujete za niečo absolútne neprijateľné
- porozprávajte sa s učiteľom svojho dieťaťa, alebo choďte priamo za riaditeľom ZŠ, najlepšie v dvojici (manžel, manželka, priateľ, v kom cítite oporu)
- vyhľadajte pomoc odborníkov – psychológov, detských psychiatrov, výchovných poradcov
- dôležité je upozorniť dieťa na pravidlá, ktoré sú efektívne v prípade každého nebezpečenstva – nekonfrontovať sa s agresorom, niekedy je lepšie, v záujme vlastnej bezpečnosti, bez odporu dať čo si žiada, potom utiecť a prípad oznámiť dospelému, nájsť dieťaťu kamaráta-ochrancu
- prakticky precvičte s dieťaťom určité taktiky jednania so šikanujúcim – reagovanie krikom, útek, hovorením „nie“, sebaistá chôdza so vztýčenou hlavou, s priamym pohľadom pred seba,...
- dieťaťu najviac pomôžete, keď ho naučíte pozitívne vidieť seba samého, keď vybudujete uňho zdravé sebadomie. Je totiž ťažké šikanovať niekoho kto si dôveruje.

Všetky deti majú právo na bezpečnosť svojej vlastnej osoby. Povinnosťou nás dospelých je toto právo im uhájiť.

Spracovala: Mgr. Lučkaničová Valentína, psychologička