

Šikana kolem nás

Co je (a co není) šikana

Se slovy šikana a šikanování se dnes setkáváme mnohem častěji než dříve. Je jistě správné, že se v posledních letech podařilo problematiku šikany z velké části detabuizovat, na druhou stranu se však nezřídka stává, že **lidé jako šikanování označují i chování, které má se skutečnou šikanou jen málo společného.**

Nejde ani tak o to, že se výraz šikana běžně používá například pro situace, kdy se někdo cítí obtěžován úředními postupy nebo byrokratickou zvláštností, protože tam je určitá nadsázka všeobecně srozumitelná. Problém může nastat v případech, kdy je jako šikana označováno nějaké nežádoucí chování například v kolektivu vrstevníků, které však nevykazuje znaky šikany. **Ne všechny výchovné a kázeňské problémy jsou šikanou,** zdaleka ne každý případ mezilidského nesouladu či konfliktu představuje pravou šikanu. **Je velkou chybou šikanu přehlížet, příp. nerozpoznat, ale stejně tak je chybou, pokud jsou za šikanu označovány jevy, které jí ve skutečnosti nejsou.** S tím, jak proniklo slovo šikana do obecného povědomí, můžeme stále častěji slyšet, že někdo někoho šikanuje, že se někdo cítí být šikanován a podobně. Zpravidla jde o mnohem méně závažné problémy (čímž není řečeno, že je není nutné řešit), přičemž skutečná šikana může unikat naší pozornosti. Za jakých okolností tedy můžeme mluvit o šikaně v pravém slova smyslu?

Co je šikana?

Za šikanu obvykle považujeme takové chování, kdy jeden nebo více jedinců záměrně a zpravidla opakovaně někomu ubližuje, přičemž toto jednání je samoučelné. Samoučelností zde rozumíme, že cílem jednání je toliko ponížit, zesměšnit, potupit oběť, nikoli se jí např. pomstít nebo ji jednorázově k čemusi přimět.

Mezi šikanujícími a šikanovanými, resp. mezi šikanujícími a šikanovanými, je vždy určitá asymetrie sil. Je důležité zdůraznit, že tento nepoměr se nemusí týkat výhradně sil fyzických, může se projevat na straně agresora např. intelektuální převahou, větší mírou zkušeností, odolnější psychikou apod.

Představa šikanujícího jedince coby fyzicky zdatného a zároveň méně inteligentního individua je určitý stereotyp, se kterým se sice můžeme setkat, ale není to rozhodně pravidlem. Komu připadá nepravděpodobné, že by fyzicky slabší mohl terorizovat fyzicky silnějšího, může si představit šikanu v kolektivu dospělých lidí – ta má častěji podobu verbálního násilí, při kterém svaly nehrají zásadní roli. Často si šikanu spojujeme s dětskými kolektivy, je však třeba zdůraznit, že k šikanování může docházet bez ohledu na věk zúčastněných, a to v rozmanitých prostředích, zdaleka ne jen ve školách a výchovných zařízeních.

Kde se šikana nejčastěji projevuje?

Šikana typicky probíhá v kolektivech, kde jsou všichni jedinci z formálního hlediska na stejné hierarchické úrovni – např. ve školní třídě, ve výchovné skupině, v kolektivu pracovníků zařazených na stejné pozici, mezi vězni apod. Případy, kdy je šikanující v nadřazené nebo naopak podřazené pozici vůči oběti, nelze považovat za pravou šikanu, byť společných znaků takového jednání a šikany může být celá řada. Specifickým fenoménem tohoto druhu je tzv. šikana učitelů, kdy je obětí ten, kdo by měl být z formálního hlediska agresorům nadřazený. Nejde tedy o pravou šikanu, ačkoli má tento jev s šikanou mezi dětmi mnoho společného a často jde v rámci téže školy o jakési spojené nádoby.

Dalšími příbuznými fenomény jsou bossing, při kterém nadřízený napadá podřízené a staffing, kde je tomu naopak.

Násilí může být fyzické i psychické

Stereotypní představa, že šikana je aktivní fyzické násilí páchané tzv. typickými agresory na tzv. typických obětech, nám často nedovoluje rozpoznat méně nápadné, ale často velmi nebezpečné, formy šikany. Násilí, ke kterému v rámci šikany dochází, může být totiž nejen fyzické, ale i psychické. Může být nejen přímé, ale i nepřímé. Může být nejen aktivní, ale i pasivní. Nikdo jistě nebude zpochybňovat násilnou povahu pohlavkování nebo tahání za vlasy, což je příklad násilí aktivního, přímého a fyzického, ovšem ne každý si uvědomuje, že násilí může spočívat též v nadávání, pomlouvání, ale třeba i v záměrném přehlížení. V rámci školní šikany se tak můžeme setkat nejen s bitím a omezováním svobodného pohybu, ale i se schováváním a poškozováním věcí, zesměšňováním, urážením, vyhrožováním apod. Rozhodně neplatí rozšířená laická představa, že případ šikany není tak vážný, pokud nedochází k fyzickému násilí. Skryté formy násilí jsou velmi nebezpečné právě svou nenápadností a často obtížnou prokazatelností.

Proč je tak obtížné šikanu včas odhalit a adekvátně řešit?

V první řadě je to zmíněná nenápadnost některých forem šikany, které jsou pak často bagatelizovány a přehlíženy. V některých institucích je však šikana natolik zakořeněná, že v nich může probíhat více méně veřejně.

Dále odhalování a řešení šikany zpravidla maří (vědomě i podvědomě) i její aktéři, a to nejen agresori, ale poněkud paradoxně i oběti a jejich blízcí. Za tímto chováním stojí velmi často strach. Například strach nebýt za „bonzáka“, strach z pomsty, strach o vlastní pověst či o pověst školy... Není neobvyklé, že šikana nabývá tak zákeřných podob, že oběti nikdo nevěří a agresora nikdo nepodezírá. Ne vždy totiž tito aktéři šikany zapadají do zmíněných stereotypních představ o tom, jak asi vypadá agresor a jeho oběť. Budiž řečeno, že nic takového, jako typický agresor a typická oběť vlastně vůbec neexistuje. Byť můžeme pro názornost hovořit o určitých typech aktérů šikany, každý člověk je naprosto jedinečný a každý případ šikany se odehrává v jedinečném kontextu.

Předpoklady pro obě role – tedy pro roli agresora i oběti – má v sobě každý člověk. Záleží jen na okolnostech, zda se někdy v životě do té či oné role dostane. Kdekdo si nejspíš představí šikanovaného jedince jako něčím nápadného outsidera. Krátkozraký. Obézní. Neohrabaný. Zrzavý.

Jak relativní jsou všechny tyto nedostatky! Někdy a někde se dítě za brýle stydí, jindy a jinde by je nejraději nosilo, i když je nepotřebuje. Jednou je zrzavá kštice nahlížena jako stigma a bezmála tělesná vada, jindy jako dar či výsledek nákladného a pracného barvení. To, co však dělá z člověka za obvyklých podmínek oběť šikany, není jeho vzhled, nýbrž jeho osobnostní výbava. Odlišnost bývá spíše sekundárním důvodem. Ostatně každý člověk se něčím od ostatních liší. A v neposlední řadě se dá taková odlišnost i uměle vytvořit, vymyslet. Vypadáš stejně jako my? Ale máš jiný původ! Zkrátka příčinou šikanování nebývá skutečná či domnělá jinakost, ale zpravidla větší zranitelnost, nižší sebevědomí, ustrašenost apod. Naopak agresorem bývá jedinec, který nedává svůj strach najevo, často jej ani nepociťuje.

Pět stádií šikany

Při šikaně se mohou uplatňovat různé formy násilí, agrese i manipulace může mít rozmanitou podobu. Šikana však nikdy není jednorázovým aktem, má svůj vývoj a dynamiku. To je důležité i z hlediska řešení šikany, jež bude jiné v jejích začátcích a jiné v pokročilých stádiích. K zásadnímu přínosu

předního českého odborníka na šikanu, dr. Michala Koláře, patří rozlišení pěti stádií šikany. Neznamená to, že každý případ šikany musí mít právě těchto pět fází, někdy se šikana zastaví dříve, než dospěje do posledního stádia, jindy je určité stádium zvýrazněno a jiné potlačeno. Nicméně pro porozumění dynamice šikany je vhodné tato stádia a jejich typické znaky umět rozlišit.

První stádium šikany

První stádium může být velmi nenápadné. Šikanovaný jedinec je pozvolna vyčleňován z kolektivu, ostrakizován. Směřují k němu různé narážky či nadávky, někdy je lze interpretovat jako neškodné legrácky. Oběti často ani nepřijde, že by se měla začít bránit či hledat pomoc. Šikana v této fázi bývá zhusta bagatelizována a racionalizována. To je přece normální, tím si musí projít každý. Musíš něco vydržet, přece nebudeš hned žalovat... Pokud šikanu nezastaví někdo z členů kolektivu (třeba i sama oběť) či někdo zvenčí, může přejít do druhého stádia. To je charakteristické nástupem fyzického násilí anebo výrazným přitvrzením násilí psychického. Je třeba znovu zdůraznit, že psychické násilí není o nic přijatelnější než fyzické a v některých případech může šikana dospět až do konečného stádia pouze s psychickým násilím. A se všemi devastačními účinky na oběť a další aktéry.

Druhé stádium šikany

Ve druhém stádiu se oběť stává jakýmsi hromosvodem pro odbourání skupinového napětí, viníkem, na kterého se dá svést ledačos.

Třetí a čtvrté stádium šikany

Třetí stádium je klíčové v tom, že se útoky na oběť systemizují, přestávají být náhodné a neplánované. Vytváří se tvrdé jádro agresorů a ve skupině narůstá strach a tlak na konformitu. Oběť bývá tvrdě napadána nejen hlavními agresory, ale už i dalšími členy kolektivu. První tři stádia považujeme za šikanu počáteční a její řešení je možné pomocí relativně běžných prostředků, které má škola či školské zařízení k dispozici. Je cesta k nápravě, kolektiv zasažený počáteční šikanou lze při dodržení určitých zásad zcela vyléčit. Pokud k tomu však nedojde a pokud si kolektiv nepomůže sám, hrozí nástup čtvrtého stádia, které je charakteristické značným nárůstem tlaku na konformitu, skupinu ovládá strach, agresori diktují všem své pojetí norem. Oběť nemá šanci situaci jakkoli řešit, proto často zcela rezignuje a podvolí se. Skupina funguje ve zcela jiném režimu, i když navenek nemusí být paradoxně nic poznat.

Páté stádium šikany

Páté stádium bývá označováno jako totalita či dokonalá šikana. Agresor či agresori skupinu zcela ovládl, všichni přijali jejich pravidla a nikdo se jim nedokáže vzepřít. Oběť bývá zcela zlomená, závislá na agresorech a jejich zlovůli. Čtvrté a páté stádium označujeme jako pokročilou šikanu, jejíž řešení je odborně velmi náročné a vyžaduje zásah zkušeného psychologa či pedagoga. Naděje na sanaci skupiny zasažené pokročilou šikanou jsou malé, zpravidla je nutné kolektiv rozdělit a oběti či obětem poskytnout vedle krizové intervence i dlouhodobou terapeutickou péči. Šikanou je vždy zasažen celý systém, proto musí intervence směřovat nejen k obětem, ale i k agresorům, svědkům a v ideálním případě i k jejich rodinám. Příčiny šikany jsou totiž vždy sociální a při jejím řešení musíme brát v potaz široký kontext.

PhDr. Michal Zvírotský, Ph.D. (1980), Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy, Katedra pedagogiky

Vystudoval Pedagogickou fakultu Univerzity Karlovy, obor učitelství biologie a rodinné výchovy a obor pedagogika. V letech 2004 až 2008 působil na střední odborné škole jako učitel a metodik prevence sociálně patologických jevů, dále v neziskové sféře jako lektor a odborný garant kvalifikačních kurzů pro pracovníky v sociálních službách. Od roku 2008 působí na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy, v letech 2013 až 2016 vykonával funkci proděkana pro akreditace, vnější vztahy a celoživotní vzdělávání. V současné době je zástupcem vedoucího katedry pedagogiky. Je členem Rady celoživotního vzdělávání Univerzity Karlovy. Od roku 2010 zastává funkci předsedy pražské pobočky České pedagogické společnosti. Zabývá se především pedagogickými aspekty podpory zdraví a kvality života, problematikou psychohygieny, sebevýchovy a zdravotní gramotnosti.