

V případě, že mám podezření, že s mým dítětem něco není v pořádku nebo mi ono samo o šikaně řekne, je potřeba nejprve zjistit co se vlastně děje.

(následující postup je čerpán z webu minimalizace šikany)

Jak s dítětem o šikaně hovořit.

- Vyberte si pro rozhovor chvíli, kdy se bude dítě cítit v pohodě
- Na rozhovor si udělejte čas, věnujte mu plnou pozornost a nenechte se rozptylovat jinými vlivy (telefony, televize apod.)
- Dejte mu najevo, že situaci berete vážně a chcete mu pomoci
- Zjistěte co nejvíce podrobností (co a kdy se přesně stalo, případně kdo nezúčastněný to může dosvědčit. Zjištěné skutečnosti je dobré si zapsat.
- Ujistěte dítě svou podporou, rozptylte jeho obavy

Vysvětlete dítěti, že neřešená šikana se může stupňovat, že nikdo mu nemá právo ubližovat, že za šikanu si nemůže samo.

Jak postupovat dále

Jednou z nejdůležitějších (a současně nejtěžších) věcí, při řešení šikany svého dítěte je **nepodléhat emocím**. Veškerá jednání budou úspěšnější, pokud se nám podaří vést je věcně a konstruktivně.

Situaci neřešte s agresorem ani s jeho rodiči! Riskujete, že se to obrátí proti vám a vašemu dítěti.

Obraťte se na školu. Před vstupem do školy si znovu zopakujte pravidlo - udržet své emoce na uzdě. Pokud rozezleně vběhnete do školy a začnete všechny hrubě urážet, nepomůžete vůbec ničemu. Obrátíte proti sobě i ty, kteří by byli ochotni vám pomoci.

Nejprve se obraťte na třídního učitele – seznámte ho co nejobektivněji a nejpodrobněji s tím, co jste zjistili od svého dítěte - použijte své poznámky. (Kdo dítě šikanuje, jak dlouho to trvá, kde se šikana odehrávala, jak šikana probíhala, případní svědci. Buďte co nejkonkrétnější, pokud je šikana doprovázena kyberšikanou, doplňte své záznamy kopiemi urážejících mailů, SMS apod.)

Na naší škole se, můžete obrátit metodika prevence:

Mgr. Lucie Marhoulová
konzultační hodiny: dle dohody
e-mail: marhoulova.lucie@zs.vratislavice.cz
telefon: 773 334 500

Mgr. Karolína Tollarová
konzultační hodiny: dle dohody
e-mail: tollarova.karolina@zs.vratislavice.cz
telefon: 773 334 500

Pro radu můžete i na následující weby:

<https://www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx>

<https://www.policie.cz/clanek/informace-pro-obeti-trestnych-cinu-a-zasazene-mimoradnymi-udalostmi.aspx>

<https://www.policie.cz/clanek/anonymni-linka-pomoci-v-krizi.aspx>

<https://www.e-bezpeci.cz/>

<http://www.minimalizacesikany.cz/>

Vhodná je i aplikace:

Nepanikař