



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Európska únia
Európsky sociálny fond

Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Mgr. Jarmila Titková

Program prevencie šikanovania

Osvedčená skúsenosť odbornej praxe

Prešov
2015

Vydavateľ: Metodicko-pedagogické centrum, Ševčenkova 11,
850 01 Bratislava

Autor OPS/OSO: Mgr. Jarmila Titková

Kontakt na autora: Centrum pedagogicko – psychologického poradenstva a prevencie,
Okružná 3657, 071 01 Michalovce
skola@pppsvcmi.sk

Názov OPS/OSO: Program prevencie šikanovania

Rok vytvorenia 2015

OPS/OSO: XVI. kolo výzvy

Odborné stanovisko vypracoval: Mgr. Mária Olšavská

Za obsah a pôvodnosť rukopisu zodpovedá autor. Text neprešiel jazykovou úpravou.

Táto osvedčená skúsenosť odbornej praxe bola vytvorená z prostriedkov národného projektu Profesionálny a kariérový rast pedagogických zamestnancov.

Projekt je financovaný zo zdrojov Európskej únie.

Kľúčové slová

Prevenčia, šikanovanie, program, postup pri riešení šikanovania, kľúčové kompetencie, tvorivé myslenie, sociálne zručnosti a sebavedomie

Anotácia

Osvedčená skúsenosť odbornej praxe „Program prevencie šikanovania „ zahŕňa v teoretickej časti pojmy prevencia šikanovania, metódy prevencie šikanovania, kľúčové kompetencie. Praktická časť práce je viac zameraná na prevenciu šikanovania na I. stupni základných škôl. „Program prevencie šikanovania „ bol realizovaný na Cirkevnej základnej škole v Hencovciach. Tento program obsahuje dôležité informácie pre žiakov týkajúce sa vymedzenia problému šikanovania a hľadanie pomoci pri výskyte. Ďalej program obsahuje situačné hry na rozvoj sociálnych zručností, tvorivého myslenia, sebavedomia, sebarealizácie a rozvoj zručností zameraných na riešenie životných problémov.

Akreditované programy kontinuálneho vzdelávania

Rozvoj komunikačných zručností pre výchovu, poradenstvo a prevenciu	552/2011-KV
Integrácia – podmienky, východiská, základné procesy	144/2010-KV

OBSAH

ÚVOD	5
1 PREVENCIA ŠIKANOVANIA.....	7
1.1 Prevencia primárna, sekundárna, terciárna.....	7
1.2 Prevencia a pôsobenie sociálneho pedagóga v centre pedagogicko- psychologického poradenstva a prevencie.....	7
1.3 Prevencia šikanovania prostredníctvom preventívnych programov	8
1.4 Metódy pre prevenciu a včasné odhalenie šikanovania.....	9
2 OPIS OSVEDČENEJ SKÚSENOSTI ODBORNEJ PRAXE	11
2.1 Hlavný cieľ	11
2.2 Čiastkové ciele	11
2.3 Program prevencie šikanovania.....	11
2.4 Hodnotenie vykonaného programu.....	28
2.5 Odporúčania pre odbornú prax.....	29
ZÁVER	31
ZOZNAM PRÍLOH	33

ÚVOD

Ako tému osvedčenej skúsenosti odbornej práce som si vybrala veľmi závažnú a rozsiahlu problematiku - šikanovanie na 1. stupni základnej školy. Uvedená téma ma zaujala a vtiahla k jej bližšiemu poznaniu pre svoju spleť, pre jej individuálne, ale veľmi podobné prejavy a pre jej frekvenciu výskytu. Mnoho vedcov, či už zo zahraničia alebo u nás, sa problematikou šikanovania zaoberalo, už v roku 1897 sa vďaka publikácii Burka v časopise Pedagogical Seminary objavila na verejnosti téma šikanovania. Lenže aj po tomto pokuse sa daná problematika skôr zanedbávala. Až po sto rokoch sa o daný patologický jav začali zaujímať vedci v Škandinávii. Táto pohnútko následne vyvolala záujem aj v ostatných krajinách napr. Anglicko, Holandsko, Kanada atď. Často sa v dnešnej dobe hovorí o veľkom náraste prípadov šikanovania, avšak podľa môjho názoru šikanovanie vždy bolo a bohužiaľ stále bude, len sa o tomto probléme teraz viac hovorí.

Pedagógovia a odborní zamestnanci by mali v škole informovať žiakov o danom probléme, viesť ich k tomu, že tento problém by sa nemal prehliadať, vedieť im poradiť v ťažkých situáciách riešiť problémy, ktoré sa vo vzťahoch objavujú. Nechať ich, aby si sami prežili podobnú situáciu prostredníctvom simulácie šikanovania. Žiakov je potrebné vychovávať tak, aby sami dokázali nájsť riešenie, ktoré ich potom dovedie k hodnotám kamarátstva, sebauvedomenia, kooperácie a na uvedomenie si zlého správania sa k sebe i ostatným.

Od škôl v spolupráci s centrami pedagogicko- psychologického poradenstva a prevencie sa v dnešnej dobe očakáva, že deťom poskytnú bezpečné prostredie, potrebné vzdelanie a sociálne zručnosti. Ako bezpečné prostredie je považované miesto, kde bude o dieťa dobre postarané, kde sa bude dobre cítiť a kde sú rozvíjané všetky jeho schopnosti, zručnosti, hodnoty. K rozvoju týchto zložiek je potrebné vzdelanie a rozhl'ad.

Cieľom práce je prezentovať mnou vytvorený program zameraný na prevenciu šikanovania na I. stupni primárneho vzdelávania základných škôl.

Teoretická časť obsahuje pojmy prevencia, preventívne metódy, ktoré je možné využívať v praxi. Ako jednu z najdôležitejších metód prevencie považujem projektovú a integrovanú metódu. Tieto metódy umožňujú odborným zamestnancom a pedagógom spojenie viacerých metód súčasne.

V praktickej časti je mnou vytvorený program zameraný na prevenciu šikanovania, ktorý bol realizovaný v Cirkevnej základnej škole svätého Jána Pavla II. v Hencovciach.

1 PREVENCIA ŠIKANOVANIA

Najdôležitejšou činnosťou ako zamedziť šikanovaniu na školách je prevencia. S prevenciou by sa malo začať už v materských školách. Deti si majú už od malička uvedomiť, že problémy vzniknuté v spoločnosti sa nemusia riešiť len pomocou násilia, ale dá sa to riešiť napomínaním, dohodou a slušnosťou. Ďalej by si tiež mali uvedomiť, že nemusia byť na riešenie svojich problémov samy. Mali by sa naučiť byť každý sám sebou, mali by si samy seba a ostatných vážiť a mali by vedieť, že každý je strojom svojho osudu (2000, In Bendl, 2003, s. 78).

1.1 Prevencia primárna, sekundárna, terciárna

Prevencia sa rozdeľuje na primárnu, sekundárnu a terciárnu.

Primárna prevencia sa uplatňuje na miestach, kde k šikanovaniu ešte nedošlo (Bendl, 2003, s. 78). Zahŕňa sa tu informovanie pedagógov, žiakov, verejnosti. Pestuje sa v žiakoch zdravé sebedovetie, samostatnosť, patrí sem aj budovanie kolektívnosti triedy i celej školy, budovanie prirodzených kamarátskych vzťahov, budovanie pocitu bezpečia. Úlohou sociálneho pedagóga v primárnej prevencii podľa Bakošovej (2008, s.16) je znížiť pravdepodobnosť vzniku problému.

Sekundárna prevencia sa uplatňuje v miestach, kde už k šikanovaniu došlo. Tu je potrebné využiť rôzne opatrenia na to, aby sa šikanovanie znova neobjavilo. Do prevencie sekundárnej patrí diagnostika šikanovania, jej šetrenie a pedagogické opatrenia na nápravu, komunikácia s rodičmi agresorov a obetí a výchovná práca s agresormi (Bendl, 2003, s. 78). Pri sekundárnej prevencii podľa Bakošovej (2008, str.17) úlohou sociálneho pedagóga je práca s rizikovými skupinami.

Terciárna prevencia je zameraná na jednotlivcov, ktorí prejavujú špeciálne znaky a symptómy, alebo prejavujú znaky závislosti (<http://www.infodrogy.sk>). Podľa Kozlíkovej, Martinčekovej (1997, s.15) je terciárna prevencia komplexnou starostlivosťou o vážne narušené deti u ktorých bola nariadená ústavná alebo ochranná výchova. Aby boli šikanovanie a agresia v triede potieraná, si musia všetci žiaci v procese výchovy a vzdelávania osvojiť kognitívne zručnosti (sem patrí seba hodnotenie, vnímanie seba samého, znalosť riešenia konfliktov a pozitívne videnie sveta), emočné zručnosti (zručnosť prejať svoje city, ovládať emócie, ovládať stres) a behaviorálne zručnosti (tu ide o komunikáciu, o presadenie sa a aktívne počúvanie druhých) (Gajdošová, Herényiová, 2006, s. 223 - 225). V terciárnej prevencii Bakošová (2008, str.17) uvádza, že sociálny pedagóg vykonáva priamu činnosť s jednotlivcom či skupinami, ktoré boli nejakým spôsobom poškodené.

1.2 Prevencia a pôsobenie sociálneho pedagóga v centre pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie

Sociálny pedagóg v zmysle Zákona č. 317/2009 o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch podľa §24 poskytuje okrem iného poradenstvo najmä pre deti a žiakov ohrozených sociálno -patologickými javmi, zo sociálne znevýhodneného prostredia, drogovu závislým, inak znevýhodneným, ich rodičom a pedagogickým zamestnancom. Poradenská práca sociálneho pedagóga v centre pedagogicko - psychologického poradenstva a prevencie v školskom prostredí si vyžaduje odborný

prístup a neustále zvyšovanie si svojich kompetencií ale aj vedomostí a zručností z oblasti poradenstva, terapií, postupov pri eliminácii a odstraňovaní sociálno - patologických javov, postupov v prevencii, riešenia konfliktov a práce so skupinou. Na teoretické vstupy sú naviazané praktické skúsenosti zo sociálno - pedagogickej diagnostiky, sociálno pedagogického poradenstva s jednotlivcom, skupinou, školou a rodinou. Socioterapie, ktoré dotvárajú reálny obraz o sociálno - pedagogickej práci sociálneho pedagóga v oblasti sociálneho vývinu a prevencie v centrách pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie v školskom prostredí.

Kompetencie sociálneho pedagóga

Tak, ako každá profesia má vymedzený konkrétny okruh svojich činností, ktoré pracovník v danej profesii vykonáva, aj sociálny pedagóg disponuje takýmito činnosťami - hovoríme o tzv. „profesijných kompetenciách“ (Zákon NRSR č. 317/2009). Podľa Hroncovej (2012, s.83) kompetencie sociálnych pedagógov rozdeľujeme na :

- a) Všeobecné kompetencie sociálneho pedagóga
- b) Špecifické kompetencie sociálneho pedagóga

Všeobecné kompetencie sociálneho pedagóga je teda vhodné uplatňovať v rámci celej populácie, najmä u detí a mládeže, ktorými sa má sociálny pedagóg primárne zaoberať.

Medzi špecifické kompetencie sociálneho pedagóga zaraďuje Bakošová (2008,s.193-194) kompetenciu edukačnú (výchovno -vzdelávacia kompetencia), kompetenciu pre výchovu, kompetenciu poradenstva, kompetenciu prevencie a kompetenciu manažmentu.

1.3 Prevencia šikanovania prostredníctvom preventívnych programov

Uskutočňovanie preventívnych programov v školskom prostredí závisí podľa Mrúzovej (2007, s.22) od dostupnosti školských preventívnych programov, erudovaných koordinátorov prevencie drogových a iných závislostí, spolupráce s vyučujúcimi v oblasti učebných predmetov, ochoty subjektov spolupracovať v preventívnej oblasti, od konkrétnych podmienok danej ZŠ, alebo strednej školy.

Preventívne programy sú účinné, ak:

1. sa aplikujú v súlade s dosiahnutou vývinovou úrovňou jedinca
2. aspoň časť zo sociálneho prostredia má taký istý názor ako dieťa a podporí ho
3. rodičia a súrodenci podporia mienku dieťaťa (Mrúzová, 2007, s.23).

Orosová (2003, s.16) kategorizuje programy prevencie do troch skupín a rozlišuje:

1. programy, ktoré majú predovšetkým vzdelávaci a výchovný charakter
2. programy, ktoré majú charakter ponuky sociálnej opory, pomoci pri hľadaní primeraných stratégií zvládania záťažových situácií
3. programy, ktoré majú charakter zmeny správania

Preventívny program školy a školského zariadenia má podľa Weichselgartnerovej a Majera (2006, s.13) obsahovať:

- a) aktivity zamerané na poskytovanie informácií pre žiakov v rámci výchovno-vzdelávacieho procesu,
- b) ponuku voľno časových aktivít, ktoré sú realizované v školách a školských zariadeniach i v mimoškolskom prostredí,
- c) programy aktívneho sociálneho učenia, ktoré využívajú skupinové formy práce (ak je väčšina výchovných problémov interpersonálnej povahy),

d) poradenské činnosti poskytované priamo v škole a školskom zariadení v spolupráci so školskými poradenskými zariadeniami a zariadeniami z rezortu zdravotníctva a sociálnych vecí a rodiny.

1.4 Metódy pre prevenciu a včasné odhalenie šikanovania

Uvádzam iba tie metódy, ktoré sú podľa môjho názoru najviac vhodné pre prevenciu šikanovania:

- Projektová metóda
- Dramatizácia
- Rolová hra
- Diskusia
- Prednáška
- Brainstorming
- Rozhovor
- Didaktické hry

2 OPIS OSVEDČENEJ SKÚSENOSTI ODBORNEJ PRAXE

V tejto kapitole uvádzam program - aktivity na prevenciu šikanovania, ktoré by mohli využiť nielen odborní zamestnanci, ale aj učitelia nielen na triednických hodinách, ale aj počas vyučovania. Prostredníctvom aktivít môžu nadviazať a rozvíjať komunikáciu v snahe o realizáciu preventívnych aktivít.

2.1 Hlavný cieľ

Hlavným cieľom mojej osvedčenej skúsenosti odbornej praxe je poskytnúť odborným zamestnancom, triednym učiteľom a školským sociálnym pedagógom materiál, ktorým nadviažu efektívnu komunikáciu so svojimi žiakmi. Poskytnúť im námety aktivít na dosiahnutie vedomého úsilia žiakov uprednostňovať zodpovedné, t. j. nie rizikové správanie a zdravie ohrozujúci spôsob života. Prácou chcem poukázať na možnosti formovania osobnosti žiakov tak, aby sa vedeli ochrániť pred negatívnymi vplyvmi spoločenských javov a aby zvládli náročné životné situácie. Zároveň chcem zdôrazniť nutnosť formovania pozitívnych životných postojov, empatiu a pomoc iným, podporovanie osožných priateľstiev upevňujúcich osobnostný rast.

2.2. Čiastkové ciele

Medzi čiastkové ciele mojej práce patria :

- prehodnotiť a prijať názory iných
- umožniť konštruktívne riešenie problémov
- poukázať na príčina a dôsledky nevhodného správania
- podporovať tvorivé riešenie úloh
- rozvíjať zodpovedný prístup pri riešení úloh
- pochopiť význam správnej voľby

2.3. Program prevencie šikanovania

Hlavným cieľom prevencie sociálno-patologických javov v školskom prostredí, ktorý sa premieta do školského preventívneho programu, je dosiahnuť, aby sa mladý človek vedome usiloval na úrovni primeranej svojmu veku uprednostňovať zodpovedné t. j. nie rizikové správanie a zdravie neohrozujúci spôsob života (<http://www.statpedu.sk>).

Pri zostavovaní tohto preventívneho programu som vychádzala z delenia preventívnych programov pre školy a školské zariadenia podľa Weichselgartnerovej a Majera (2006,s.13). Ponúkam program a aktivity zamerané na:

- poskytovanie informácií pre žiakov
- program aktívneho sociálneho učenia

Opis každej preventívnej aktivity obsahuje stručnú charakteristiku, ciele, metódy, organizačné formy, pomenovanie cieľovej skupiny a termín realizácie. Reflexia preventívnych aktivít sa realizuje priebežne počas celého preventívneho programu.

Názov: Program prevencie šikanovania

Autori: Jarmila Titková – CPPPaP Michalovce

Realizácia: 4. ročník CZŠ Hencovce

Typ programu:**podľa organizácie:** viacpredmetový**podľa navrhovateľa:** umelo pripravený**podľa účelu:** smerujúci k získaniu a využívaniu sociálnych zručností**podľa dĺžky:** krátkodobý**podľa prostredia:** školské**podľa počtu zúčastnených:** skupinový**podľa informačných zdrojov:** viazaný**Cieľ programu :**

- definovať šikanovanie, vymenovať príznaky šikanovania, poznať možnosti obrany proti šikanovaniu, používať obranu proti šikanovaniu, prevziať zodpovednosť za svoje správanie, vyjadriť svoj postoj k šikanovaniu.

Výstup:

- žiaci budú informovaní o probléme šikanovania, osobne si vyskúšajú riešenie šikanovania, zahrajú si hry, ktoré sú určené pre zvýšenie sebavedomia, naučia sa novým sociálnym zručnostiam

Špecifické ciele:

kognitívne:

- definovať pojem šikanovanie
- analyzovať problém šikanovania a navrhnúť vhodné riešenie na zabránenie šikanovania
- zdôvodniť svoje konanie pri riešení problému, zaujať svoje stanovisko, nie byť zodpovedný za svoje konanie
- porovnať jednotlivé prípady šikanovania a vyvodiť z nich závery

afektívne:

- rozvíjať kladný vzťah k spolužiakom, k zlepšeniu medziludských vzťahov
- vážiť si jeden druhého

psychomotorické:

- podieľať sa na vytvorení mapy triedy
- jednotlivo vytvoriť svoju postavu a všetko, čo k nej patrí :záujmy, klady, zápory

Predpokladané činnosti:

- spolu vytvoriť myšlienkovú mapu – šikanovanie
- pozrieť rozprávku HRUBOKRK
- didaktické hry
- rolová hra
- spolupracovať na vytvorení mapy triedy - jednotlivec ako neoddeliteľná súčasť sociálnej skupiny

Obsah programu:

1. stretnutie:

Zoznámenie s problémom

- a) Definovať pojem šikanovanie
- b) HRUBOKRK
- c) Viem sa brániť?
- d) Molekuly a atómy
- e) Rozoznám telesné a psychické týranie ?
- f) Slová, ktoré ma vedia potešiť a ktoré ma zraňujú

2. stretnutie

Rady, ako predchádzať šikanovaniu

- a) Ja to tak cítim

- b) Galéria
- c) Prechádzka

3. stretnutie

Viem na koho sa mám obrátiť, kde hľadať pomoc ?

- a) Škola
- b) Pomoc
- c) Zoznámenie
- d) Kde je možnosť hľadať pomoc pri problémoch?

4. stretnutie

Každý z nás je iný.....

- a) Každý človek je iný...
- b) Po mojej pravej ruke si sadne
- c) Výtvarné stvárnenie mapy triedy

Metódy programu:

- metódy slovné - rozhovor, diskusia, vysvetľovanie, brainstorming
- metódy názorné, demonštračné - pozorovanie, pozeranie rozprávky, rolová hra
- metódy praktické- grafické a výtvarné činnosti
- situačné metódy – rolová hra, projektová výučba, inscenačné metódy a didaktické hry
- alternatívne metódy - učenie v životných situáciách

Predpokladané pomôcky: - baliaci papier, tvrdý A4 papier, písacie potreby, rozprávka "HRUBOKRK," farby, pastelky, karty s nápismi - psychické týranie a telesné týranie, karty s rôznymi typmi šikanovania, karty sa situáciami pre získanie sociálnych zručností, karty s bodmi pre prevenciu šikanovania, informačný leták pre deti, fotoaparát, interaktívna tabuľa, počítač

Spôsob prezentácie programu - ústna prezentácia pre spolužiakov – Mapa triedy ako sociálnej skupiny

Spôsob hodnotenia: sociálny pedagóg hodnotí v triede - ústne a priebežne pri práci a na záver zhodnotí celý program

- hodnotenie priebehu programu žiakmi, vyjadrenie ich pocitov, názorov a pripomienok.

3. 1 Realizácia programu– PREVENCIA ŠIKANOVANIA na I. stupni ZŠ

1. stretnutie

Zoznámenie s problémom

Cieľ stretnutia: definovať šikanovanie, poznať možnosti obrany šikanovania

Špecifické ciele

- **Kognitívne** : sformulovať definíciu šikanovania
- **Psychomotorické:** vybrať si správnu činnosť na obranu pri šikanovaní
- **Afektívne** : reagovať správne na vzniknuté situácie

Metódy: výklad, demonštrácia, práca v skupinách, diskusia, rozhovor

Kompetencie: k riešeniu problému, k učeniu

Časový rozvrh: 2 vyučovacie hodiny

Pomôcky: tabuľa, krieda, dataprojektor, ceruza a papiere

Postup

a) Uvedenie do problému

Špecifické ciele

- **Kognitívne** : vysvetliť slovo šikanovanie
- **Psychomotorické**: vytvoriť definíciu šikanovania
- **Afektívne** : prijímať názory iných

Metódy: výklad, diskusia, rozhovor

Kompetencie: k učeniu

Časový rozvrh: 10 - 15 minút

Pomôcky: tabuľa, krieda

- Na tabuľu som napísala nadpis šikanovanie a ten je zakrúžkovaný. Vyzvala som žiakov, aby postupne chodili k tabuli a písali k slovu šikanovanie čo ich napadne, čo si myslia a to tak, že od slova šikanovanie si napíšu šípku a dopíšu slovo . Po vystriedaní všetkých žiakov pri písaní na tabuľu, spoločne so žiakmi sme sa pokúsili sformulovať definíciu šikanovania. Na tabuli boli napísané slová: bitka, kopanie, nadávanie, časté ubližovanie, škaredé nadávky, vysmievanie, robenie naschválov. Niektoré slová sa opakovali. Žiakov som naviedla na jednoduchú formuláciu čo slovo šikanovanie znamená. Nám sa podarilo sformulovať takúto definíciu: šikanovanie je zámerné ubližovanie spolužiakom. O šikanovaní hovoríme vtedy, ak sa ubližovanie opakuje. Oznámila som žiakom, čo je a čo ešte nie je šikanovanie.

b) Rozprávka Hrubokrk

Špecifické ciele

- **Kognitívne** : navrhnuť svoje riešenie pri obrane šikanovania
- **Psychomotorické**: vybrať si správnu činnosť na obranu pri šikanovaní
- **Afektívne** : rozvíjať sebavedomie
- **Metódy**: práca so skupinou, diskusia, rozhovor

Kompetencie: k učeniu, sociálne, komunikatívne

Časový rozvrh: 5 minút rozprávka + 15 minút na rozbor

Pomôcky: papier, ceruzky, dataprojektor, rozprávka, notebook, tabuľa a krieda

- Rozdala som žiakom papiere a ceruzky a oznámila som im, že si pozrieme rozprávku HRUBOKRK, ktorá sa zaoberá témou kybernetického šikanovania pomocou vytvorenia falošného profilu. Jankovi na internete niekto vytvoril posmešnú stránku. Od hanby sa bojí chudák chodiť aj do školy. Spolužiaci sa zo začiatku z neho smejú, ale neskôr sa rozhodnú pomôcť mu a upozornia na tých, čo so šikanovaním začali. Žiaci dostali inštrukciu, že na nachystané papiere, počas rozprávky môžu zapisovať vety alebo slová, ktorým nerozumejú, ktoré ich zaujímajú, nad ktorými by chceli viac premýšľať. Po rozprávke si pojmy vysvetlíme, ujasníme si nezrovnalosti v porozumení pojmov. Po zhliadnutí rozprávky na otázku či niekto nerozumel slovám v rozprávke, alebo potrebuje ešte raz pozrieť, niečo vysvetliť nastalo ticho, papiere boli čisté, všetci rozprávke rozumeli, ako aj slovám v nej. Následne som im položila otázky :

- Kto v rozprávke vystupoval?
- O čom sa Jankovi spolužiaci rozprávali ?

Vyzvala som žiakov, aby sme si sadli na koberec do komunitného kruhu a zadala inštrukciu, že pošlem do kruhu loptu, kto drží túto loptu, môže sa vyjadriť k rozprávke:

- Páčila sa ti rozprávka ?

Pri tejto otázke sa zjednotili na jednej odpovedi. Rozprávka sa žiakom páčila. Podľa môjho názoru je jednoducho a primerane veku spracovaná, zábavná a hlavne poučná.

- Čo sa ti na nej páčilo ?

Tu padlo niekoľko odlišných odpovedí. Väčšine žiakov sa páčili Jankovi kamaráti, ktorých dospelí vyzvali k tomu, aby Jankovi pomohli.

- Čo sa ti na nej nepáčilo ?

Žiakom sa nepáčili vlci, lebo využívali svoju prevahu a Janko sa nevedel brániť.

Na tabuľu som napísala vety, ktoré stoja za zapamätanie :

- Ak ubližuješ, raz ťa to môže mrziť a môžeš sa neskôr za svoje správanie cítiť trápne.
- Nenechaj ubližovať sebe ani ostatným. Nezostaň ticho. Zlo má šancu iba vtedy, keď sa dobrí ľudia boja a mlčia.
- Možno sám nezastavíš niekoho silnejšieho, ale keď sa spojíte tak to dosiahnete.

c) aktivita Viem sa brániť ?

Ďalej sme sa rozprávali o tom, čo šikanovanie je, ako je závažné a čo môžeme všetci robiť preto, aby sme sa šikanovaniu mohli ubrániť.

Cieľ: získať potrebné zručnosti na obranu

Špecifické ciele

- **Kognitívne** : uviesť svoje riešenie pri obrane šikanovania
- **Psychomotorické**: napísať spôsoby obrany
- **Afektívne** : identifikovať sa s obeťou šikanovania, rozvíjať zodpovednosť za svoje činy

Metódy: vysvetľovanie, diskusia, rozhovor

Kompetencie: k učeniu, komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 15 minút

Pomôcky: papier, pero, klobúk, tabuľa a krieda

Na tabuľu som napísala žiakom otázku: prečo si myslíte, že je dôležité vedieť, ako sa šikanovaniu brániť? Následne som im rozdala papiere a vydala inštrukciu, aby napísali na papier svoju úvahu na zadanú otázku. Vopred som ich upozornila, že nemusia uviesť svoje meno. Ak sa vyskytne takáto situácia, že nevedú mená, všetky názory vyzbieram a dáme do pripraveného klobúka. V klobúku ich premiešame a budeme si losovať úvahy a diskutovať o napísanom názore. Ak nastane situácia, že žiaci sa so svojimi úvahami chcú podeliť a napíšu mená tak postupne ich vyzvem k prečítaniu. Túto aktivitu po napísaní a vyzbieraní som robila v komunitnom kruhu.

Moja skupina žiakov neuviedla mená, tak sme úvahy losovali z klobúka. Najčastejšie úvahy – odpovede v mojej skupine :

- Požiadala by som o pomoc pani učiteľku
- Povedal by som o tom rodičom- na otázku ktorému rodičovi by si to povedal? prevažovala odpoveď mamke
- Avšak vyskytla sa aj odpoveď- nikomu

Pri vylosovaní tejto odpovede – úvahy nastala diskusia, žiaci diskutovali, čo by šikanovanie mohlo spôsobiť, ako by im mohlo ublížiť, ak by s nikým o tom nerozprávali, alebo nikomu to nepovedali. V závere tejto aktivity som žiakom vysvetlila prečo je potrebné vedieť ako sa brániť a u koho je potrebné hľadať pomoc.

d) hra – Molekuly a atómy

(Říčan, 2001, s. 243)

Ciel: precvičiť si pozornosť a rýchlosť

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** zdôvodniť svoje rozhodnutie
- **Psychomotorické:** vytvoriť požadované skupinky
- **Afektívne :** dokázať prijať prehru
- **Metódy:** pohybová hra
- **Kompetencie:** sociálne

Časový rozvrh: 5 minút

Pomôcky: žiadne

Vysvetlila som postup tejto hry:

- Žiaci všetci spolu tvoríte atóm. Budete sa voľne prechádzať po triede. Ak zvolám číslo napríklad 2 , utvoríte skupiny - molekuly s počtom 2. Kto sa nestihne zaradiť zo skupiny vypadáva. Táto hra končí, ak zostane jeden žiak, ktorý sa stáva víťazom. Bolo zaujímavé sledovať žiakov, ako sa snažili zaujať miesto v skupine – molekule. Na druhej strane žiaci vedeli prijať prehru až na jedného, ktorý trucoval a nechcel prijať svoju prehru. Vysvetlila som mu spolu so žiakmi, že mal byť bystrejší, pozornejší a rýchlejší.

Túto hru často zaradzujem do preventívnych programov nakoľko sa stala obľúbenou hrou detí. Z jednej skupiny mám aj takýto poznatok, že žiaci nenechali svojich spolužiakov osamote, čo znamená ak mali utvoriť molekuly napríklad s číslom 2 a jeden zo žiakov bol zvyšný utvorili molekulu s počtom 3. Porušili pravidlá, ale nechceli svojho spolužiaka nechať osamote, stáli za ním. Vysvetlila som žiakom, že pravidlá je potrebné dodržiavať, ale na druhej strane som ich pochválila, že držia spolu. Spoločnými silami dosiahnu viac.

e) aktivita – Rozoznám telesné a psychické šikanovanie ?

(Říčan, 2001, s. 28 - 30)

Ciel: správne rozlíšiť telesné a psychické šikanovanie

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** správne určiť čo patrí k telesnému a čo k psychickému šikanovaniu
- **Psychomotorické:** vybrať si správne situácie pre zaradenie do skupín
- **Afektívne :** presvedčiť sa o správnosti svojho rozhodnutia

Metódy: samostatná práca

Kompetencie: demonštračná

Časový rozvrh: 15 minút

Pomôcky: na lístkoch napísané rôzne situácie telesného a duševného šikanovania, výkres s názvom DUŠEVNÉ ŠIKANOVANIE a druhý výkres TELESNÉ ŠIKANOVANIE

- Opäť som požiadala žiakov, aby sme si sadli na koberec do komunitného kruhu.

Pred žiakov som položila dva výkresy, na jednom z nich je napísané telesné šikanovanie, na druhom psychické (duševné) šikanovanie. Do klobúka som vložila vopred napísané rôzne situácie šikanovania. Ďalej vydám inštrukciu, že každý si z klobúka vyberie jeden lístok, ponúkaný mnou, kde je napísaná jedna situácia- šikanovania. Úlohou žiaka je vytiahnutú formu priradiť tam, kam si myslí, že patrí – fyzické alebo psychické šikanovanie. K výkresom budete pristupovať postupne.

Situácia na priradovanie do vhodnej skupiny:

- a) Opakované nadávky na jednu alebo viac osôb
- b) Neustále výsmechy kamarátovi
- c) Opakované vyhrážanie zbitím
- d) Úmyselné poškodzovanie spolužiakových vecí

- e) Poškodzovanie spolužiakových odevov
- f) Okrádanie spolužiaka o peniaze
- g) Ohováranie spolužiaka
- h) Zámerné zneužívanie spolužiaka - napr. Chod' mi kúpiť..! Prines mi.! Uprac to.!
- i) Využívanie spolužiaka k tomu, aby písal za niekoho domáce úlohy
- j) Roznášanie nepravdivých informácií o spolužiakovi, ktoré vedú k jeho poníženiu
- k) Kopanie spolužiaka
- l) Násilné správanie k spolužiakovi (hryzenie ho, mlátenie, postrkovanie)
- m) Nútenie spolužiaka robiť niečo, čo on sám nechce, je mu to proti srsti
- n) Využívanie spolužiaka pre činnosti nelegálne - žiak kradne pre trýzniteľa, ubližuje iným kvôli nemu
- o) Ublížovanie spolužiakovi prostredníctvom nejakého predmetu
- p) Zhadzovanie vlastnej viny na trýznenú osobu - "ja som to neukradol, to on"
- q) Vyradenie svojho spolužiaka zo skupiny - nikto sa s ním nebaví, nikto mu nič nepožičia, nikto mu nenesia úlohy
- r) Robenie spolužiakovi naschvál - schovávanie desiaty či iných predmetov,
- s) Pokladanie ostrých predmetov na stoličke
- t) Ponechanie spolužiaka v zime bez vhodného oblečenia - oblečenie mu bolo ukradnuté
- u) Nepravé kamarátstvo (Říčan,2001,s.28-30)

Pri riešení tejto aktivity niektorí žiaci potrebovali radu, hlavne pri zadaní - j) Roznášanie nepravdivých informácií o spolužiakovi, ktoré vedú k jeho poníženiu. Nakoľko som na začiatku aktivity neurčila pravidlo, že nebudem nikomu pomáhať, tak kto požiadal o pomoc som pomohla a to tak , že som vysvetlila príkladom, čo tá situácia môže znamenať. Pri hodnotení som zistila, že väčšina žiakov správne priradila dané situácie.

Odporúčanie k tejto aktivite.

Pri opätovnej realizácii tejto aktivity je potrebné vopred oznámiť žiakom, že nebudem nikomu poskytovať rady.

f) aktivita – Slová, ktoré ma vedia potešiť a ktoré ma zraňujú

Cieľ: vyjadriť svoje emócie, pocity, myšlienky

Špecifické ciele

- **Kognitívne** : vybrať správne slová a vedieť ich vysvetliť
- **Psychomotorické**: formovať návyk pri ovládaní svojich emócií
- **Afektívne** : vyjadriť svoje emócie, uvedomiť si hodnotu týchto slov

Metódy: rozhovor

Kompetencie: komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 15- 20 minút

Pomôcky: farbičky , papiere, perá

• Poprosila som žiakov, aby sa presunuli do lavíc a prichystali si farbičky. Rozdala som žiakom pripravené papiere a vydala následnú inštrukciu: žiaci na jednu stranu papiera si nakreslíme usmiatu tvár – usmiateho smajlíka a napíšete slová, ktoré radi počúvate, ktoré vás potešia.

Na druhú stranu nakreslíte zamračenú tvár- zamračeného smajlíka a napíšete slová, ktoré sa vám nepáčia, ktoré neradi počúvate a ste z nich smutní. Po splnení tejto aktivity som vyzvala žiakov, kto by sa chcel sa chcel podeliť so svojimi slovami. Nevyskytol sa žiaden problém, žiaci chceli prezentovať svoje slová. Najviac vyskytované slová na usmiatej tvári:

- si dobrý

- teším sa z teba
- robíš mi radosť
- si milá
- si šikovný
- takto sa mi páči
- nepokaz to
- nevádí na budúce to bude lepšie

Na zamračenej tvári sa najviac vyskytovali tieto slová:

- ty si ale hlúpy
- nerob to!
- načisti zemiaky!
- uprac to!
- nič nevieš , nič nedokážeš !

Po ukončení tejto aktivity sme si sadli do komunitného kruhu a vyzvala som žiakov, aby vyjadrili svoje pocity pri plnení tejto aktivity. Žiaci postupne odpovedali na moje otázky:

- Bola táto aktivita náročná ?
- Ktoré slová sa ti písali ľahšie, na usmiatu či zamračenú tvár?
- Čo by chcel urobiť (zmeniť), aby na zamračenej tvári bolo čo najmenej slov?

Žiaci postupne vyjadrovali svoje pocity pri písaní slov. Konštatovali, že to nebola jednoduchá úloha. Pri usmiatej tvári niektorí mali problém napísať slová, ktoré radi počujú, ktoré by ich potešili. Naopak na smutnú tvár mali dostatok slov.

Pri hodnotení tejto aktivity som žiakom vysvetlila, že každý z nás je jedičná bytosť, ale musí na sebe pracovať, aby dobré hodnoty svojej osobnosti rozvíjal a naopak zlé hodnoty potláčal.

V závere stretnutia som poďakovala žiakom za ich spoluprácu, spoločne s nimi som zhrnula čo nové sa naučili, o čo ich stretnutie obohatilo. Zároveň som im oznámila termín ďalšieho stretnutia.

2. stretnutie

Rady, ako predchádzať šikanovaniu

Cieľ stretnutia: získať potrebné sociálne zručnosti pri riešení životných situácií

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** navrhnuť riešenie zadanej situácie
- **Psychomotorické:** predviesť riešenie podľa zadaných inštrukcií
- **Afektívne :** vcítiť sa do zadanej role

Metódy: výklad, demonštrančná, diskusia, rozhovor

Kompetencie: k riešeniu problému

Časový rozvrh: 3 vyučovacie hodiny

Pomôcky: pripravené body ku každej scénke – 2 krát , obrázky

Postup

Zhrnutie: prečo je dôležité predchádzať šikanovaniu a ako sa to teda môže urobiť?

a) Rolová hra - Ja to tak cítim

Cieľ: vcítiť sa do pridelenej role

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** vysvetliť svoj postoj pri riešení zadanej úlohy
- **Psychomotorické:** vybrať si správnu činnosť pri pridelenej roli

- **Afektívne** : vyjadriť svoj názor

Metódy: rozhovor

Kompetencie: komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 30 minút

Pomôcky: pripravené body ku každej úlohe – 2 krát

- Zadal som inštrukciu k vytvoreniu skupín. Skupiny vytvoríme náhodne a to skupiny dvojíc, trojíc a štvoríc. Každá skupina dostala na lístku úlohu, ktorú mala predviesť ostatným . Na prípravu sme si určili čas – približne 5 minút . Po samostatnej práci žiakov som položila na zem dôležité body, ktorých je potrebné sa držať, aby sa predchádzalo šikanovaniu. Jednotlivé body boli zvlášť na lístkoch, žiaci ich ku každej úlohe priradili. Body pre prevenciu šikanovania:

a) pomáhať slabším

b) ignorovať narážky

c) naučiť sa sám seba ovládať a svoju zlosť si vybiť niečím užitočným

d) správne nadväzovať nové kontakty

e) povedať ako sa prejavuje šikanovanie, pokúsiť sa predviesť

f) predviesť konkrétne situácie súvisiace so šikanovaním

Žiaci sa svojej úlohy zhostili. Pri predvádzaní úloh sme zažili kopec smiechu a pohodu. Správne priradili aj body, ktoré boli pripravené na prevenciu. Bolo veľmi príjemné sledovať kreativitu a vynaliezavosť žiakov.

- Pomáhať slabším - túto úlohu realizovala dvojica a predviedli, ako si navzájom pomáhajú pri vypracovaní domácich úloh, pomoc pri zbalení vecí, pomoc pri prezliekaní na telesnú výchovu.
- Ignorovať narážky - štvorica žiakov si zvolila jedného, ktorého postavili do kruhu a začali mu nadávať. Nadávky boli slušné a to :
 1. nie si môj kamarát
 2. si zlý
 3. nebudem sa s tebou hrať
 4. choď preč
 5. nepodelím sa s tebou
 6. nechcem ťa vidieť

Po ukončení tejto hry žiak, ktorý bol v kruhu rozprával svoje pocity, aké to bolo pre neho ťažké, nespravodlivé a ako sa zle cítil pri nadávkach. Prekážalo mu, že sa nemohol brániť.

Pri opätovnej realizácii tejto hry je potrebné na začiatku zadať doplňujúce inštrukcie :

- obeť sa nesmie brániť ani slovne

- nadávky musia byť slušné

- Naučiť sa sám seba ovládať a svoju zlosť si vybiť niečím užitočným – túto úlohu pripravila trojica žiakov, avšak pri príprave mali problém s vymyslením scény. Nakoniec si pripravili scénu o tom ako jednému z nich doma nedovolili hru na počítači. Zodvihol telefón a zavolať svojím kamarátom, aby sa stretli na ulici, zobrali loptu a odišli na ihrisko kde hrali futbal.

- Správne nadväzovať nové kontakty – pri tejto rolovej hre dvojica žiakov predviedla zoznámenie na lavičke v parku. Samozrejme, že nesmel chýbať pozdrav a potom nasledovali otázky typu:

1. ako sa voláš ?

2. kde chodíš do školy?

3. odkiaľ pochádzaš ?

4. aké krúžky navštevuješ ?
5. čo ťa zaujíma ?
6. akého máš učiteľa?

Na koniec rozhovoru sa rozlúčili, ale zabudli sa pozdraviť. Spoločne s ostatnými sme im pripomenuli, tak to napravili a potom jeden druhého pozvali na návštevu.

- Povedzte ako sa prejavuje šikanovanie, skúste predviesť- skupina 4 žiakov sa rozhodla rozdeliť na dve dvojice. Jedna dvojica sformulovala jednoduchú definíciu čo šikanovanie je. Šikanovanie je úmyselné ubližovanie spolužiakom. Druhá dvojica predviedla ubližovanie a to tak, že jeden z dvojice sa vysmieval druhému, zobral mu perečník, skryl desiatu. Nakoniec sme si všetci spolu zopakovali čo slovo šikanovanie znamená.

- Predved'te konkrétne situácie súvisiace so šikanovaním – skupina v počte 4 žiakov si pripravila dve situácie. V jednej predviedla, ako jedna zo žiačok druhej prikazuje zaviazať šnúrky na botaskách. Druhá dvojica predviedla, ako jeden druhého nepočúva, ignoruje ho pýta si od neho eurá.

Po ukončení úloh som vyzvala žiakov, aby sme si sadli do komunitného kruhu na koberec a porozprávali o svojich pocitoch, pocitov, ktorí boli v roli obeti. Žiaci vyjadrovali svoje pocity, nechceli by sa stať obeťami. Následne prepojíme diskusiu na úlohu agresora, taktiež by sa žiaci nechceli stať agresormi. Bolo to nepríjemné aj pre jednu aj pre druhú stranu. Najťažšie sa javila rola obeti.

b) aktivita- Galéria

Ciel': oznámiť svoj názor druhému a rozumne ho odôvodniť

Špecifické ciele

- **Kognitívne** : vyjadriť a zdôvodniť svoje rozhodnutie
- **Psychomotorické**: vybrať si správnu argumentáciu pre svoje rozhodnutie
- **Afektívne** : prejaviť záujem o rozhovor

Metódy: rozhovor

Kompetencie: komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 20 minút

Pomôcky: obrázky

Postup:

- Náhodne som vybrala žiaka, ktorý sa teraz stane zberateľom obrazov. Ostatných žiakov rozpočítam číslami 1,2,3. Jednotky budú tvoriť jednu skupinu, dvojky druhú a trojky tretiu skupinu. Vydám žiakom inštrukciu, na stole v galérii leží obraz. Každá skupina z vás bude predstavovať návštevníkov galérie, ktorým sa tento obraz nepáči. Zberateľovi obrazov sa obraz veľmi páči. Predved'te ostatným, ako dokážete oznámiť druhému svoj názor a rozumne ho odôvodniť.

Postup:

Pri stole stojí zberateľ obrazov. Zaujato si prezerá obraz. K nemu prídu návštevníci galérie a vyjadria mu názor na obraz. (Návštevníci majú za úlohu zberateľovi povedať, čo sa im na obraze nepáči a prečo). Zberateľ vypočuje názor návštevníkov, uzná ich názor, ale zdvorilo im oznámi svoj opačný názor - obraz sa mu páči - čo sa mu na ňom páči a prečo. Zdvorilo medzi sebou hovoria a počúvajú sa navzájom.

Po ukončení aktivity sme sa premiestnili na koberec a každá skupina sa mala vyjadriť na nasledovné otázky:

- Bola to ťažká úloha?
- Vyjadrite svoj názor (za skupinu) na obraz a vysvetlite svoje rozhodnutie
- Vedeli ste sa v skupine dohodnúť na argumentoch ?

- Vyjadrite svoje osobné pocity pri hodnotení obrazu

Úloha nebola náročná, ale náročnejšie bolo zosúladiť názory. V jednej skupine sa dohodli, v druhej skupine sa museli prispôbiť jednej žiačke, ktorá rozhodovala o názore aj o argumentáciách.

Pre zberateľa mali žiaci vymyslieť otázku, ktorá by im vysvetlila prečo sa mu tento obraz páči.

- Čo sa ti na tomto obraze páči ?
- Čo ti pripomína ?

Vášnivý zberateľ vysvetlil, ako si spomenul na prázdniny u svojej starej mamy, ktorá býva v podtatranskej dedine Podspády. V blízkosti jej domu sa nachádza podobný domček a príroda, ktorá mu veľmi pripomína príjemné chvíle strávené v prírode u starej mamy. Pozn. vášnivý zberateľ bol náhodným výberom určený.

Táto aktivita bola veľmi zaujímavá. Žiaci nenásilnou formou vyjadrovali svoje postoje k obrazu. Obraz tvorila nakreslená príroda. Jedným žiakom prekážala voda, druhým kamene, polámané konáre a neupravená chata. Zberateľ sa nedal a argumentoval, tým že príroda si to tak zariadila, nie je to umelo vytvorené a pekné.

c) aktivita- Prechádzka

Ciel': vedieť sa správne rozhodnúť

Špecifické ciele

Kognitívne : analyzovať svoje rozhodnutie

Psychomotorické: vybrať si správnu činnosť na riešenie zadanej

Afektívne : uvedomiť si aká dôležitá je pomoc druhým

Metódy: rozhovor, diskusia

Kompetencie: komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 30 minút

Pomôcky: žiadne

Postup:

- Rozdelila som deti podľa dátumu narodenia do skupín po štyroch žiakov, vzniklo päť skupín a zadala inštrukciu:

Traja z vás sú na prechádzke v parku, cestou zahliadnete zranenú osobu, ktorá sedí na zemi. Keď sa k nej priblížite, zahliadnete, že postava (štvrtý z vás) si najskôr niečo urobil s nohou. Predved'te ostatným, ako sa zachováte, keby táto situácia skutočne nastala. Môžete úlohu predviesť dvakrát - jedna bude mať správne riešenie, druhá zlé.

Prvá skupina svoju úlohu zinscenovala, privolaním záchranej služby – prvej pomoci.

Druhá skupina, keď zistila, že sa jedná o spolužiaka, snažili sa poskytnúť pomoc, hľadali palicu a šatku, aby mohli zafixovať končatinu.

Táto skupina si pripravila aj situáciu, keď zistili, kto je zranený, kývli rukou a odišli.

Tretia skupina pri zistení, že zranený je ich spolužiak. Vypýtali si telefónne číslo na rodičov a jeden zo skupiny telefonicky oznámil rodičom zraneného, že ich syn je zranený a kde sa nachádza. Celá skupina odišla a zraneného spolužiaka nechali.

Tretia skupina si pripravila aj pokračovanie, kde po telefonickom oznámení rodičom o zranení zotrvali pri poranenom spolužiakovi až do príchodu rodičov.

Štvrtá skupina – v tejto skupine sa žiaci nedohodli na spoločnom riešení situácie. Dvaja spolužiaci chceli pomôcť a jeden zo skupiny nechcel. Nakoniec sa rozhodli, že jeden zostane so zraneným spolužiakom a druhý pôjde pre rodičov. Tretí zo skupiny odišiel.

Piata skupina riešila túto situáciu tak, že požiadala okoloidúcich ľudí o pomoc pre svojho spolužiaka.

Po predvedení úloh som vyzvala žiakov do komunitného kruhu, kde si žiaci sadli podľa skupín a zhodnotili postoje k riešeniu tejto úlohy. Následne spoločne so žiakmi vyhodnotím skupiny a diskutujeme, či rozhodnutie skupín bolo správne, čo by mohli ešte urobiť. Pri hodnotení skupín si žiaci navzájom pomáhali, diskutovali a navrhovali každej skupine ako to mohli urobiť, čo im pri rozhodnutí chýbalo.

Táto aktivita bola veľmi náročná na čas a hodnotenie. Napriek tomu, že toto stretnutie bolo naplánované na tri vyučovacie hodiny. V budúcnosti ak by som túto aktivitu realizovala bolo by vhodné utvoriť menej skupín s väčším počtom žiakov. Taktiež by bolo vhodné stanoviť čas na riešenie zadanej úlohy a jej hodnotenie.

V závere stretnutia sme si zhrnuli čo nové sme sa dozvedeli, čo im stretnutie dalo. Poďakovala som žiakom za ich prácu a oznámila dátum ďalšieho stretnutia.

3. stretnutie

Viem na koho sa mám obrátiť, kde hľadať pomoc ?

Cieľ stretnutia: získať potrebné informácie, kde hľadať pomoc a na koho sa obrátiť v prípade potreby

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** uviesť príklad, kde je možné získať pomoc, na koho sa obrátiť
- **Psychomotorické:** formovať návyk pri získavaní sociálnych zručností
- **Afektívne :** prejavíť záujem o získavanie potrebných informácií

Metódy: výklad, demonštrácia, práca v skupinách, diskusia, rozhovor

Kompetencie: k riešeniu problému, k učeniu

Časový rozvrh: 3 vyučovacie hodiny

Pomôcky: papier, pero

Postup

Zhrnutie: prečo je dôležité predchádzať šikanovaniu a ako sa to teda môže urobiť?

a) aktivita - Škola

Cieľ: uvedomiť si, že aj slovné ublíženie patrí k šikanovaniu

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** zdôvodniť svoje rozhodnutie pri výbere slov
- **Psychomotorické:** vybrať si správne slová pre svoje rozhodnutie
- **Afektívne :** uvedomiť si hodnotu slov

Metódy: rozhovor, rozprávanie

Kompetencie: komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 30 minút

Pomôcky: žiadne

Postup

• V úvode stretnutia som oboznámila žiakov s programom stretnutia. Zároveň som požiadala žiakov, aby si sadli do komunitného kruhu. Následne som oznámila žiakom, že si zatvorím oči, uprostred kruhu sa niekoľkokrát zatočím a náhodne vyberiem troch žiakov. Po vybratí troch žiakov zadám inštrukciu:

Ste v škole. Práve skončila hudobná výchova. Dvaja z vás výborne spievajú, tretí žiak nie. Výborní speváci hneď po hodine prídu k nie príliš dobrému spevákovi a posmievajú sa mu do očí: napr.

a) si v speve úplné kopyto

b) mohol by si spievať pokojne v Superstar (Hviezdna pechota)

c) radšej v škole nespievaj, kto ťa má počúvať. atď ...

Úloha: vymyslíte aj iné urážky, len nesmú byť sprosté. Vyzvala som tretieho žiaka, aby odišli spolu za dvere a zadala mu inštrukciu:

Tvojou úlohou je snažiť sa svojich trýzniteľov ignorovať. Nebaviť sa s nimi, rozhovor nerozvádzať. Len sem tam pokrčiť ramenami (v žiadnom prípade, ale neukazuj strach pred spolužiakmi, tvár sa, že ti to nevaďí). Následne by mali speváci len mávnuť rukou nad nevšímavosťou nie speváka.

Po ukončení tejto aktivity sme zostali sedieť a rozanalyzovali pocity, ktoré žiaci zažili. Agresori nemali problém vymyslieť nadávky :

- Vôbec ti to nejde !
- Prestaň, už sa to nedá počúvať !
- Môžeš ísť spievať do novín !
- Stratil si noty ?
- Keď sa to naučíš, budeme kamaráti
- Nehanbíš sa za svoj výkon ?

Naopak problém mala obeť. Stále chcel vysvetľovať a bolo mu nepríjemné počúvať nadávky, nepravdy a zlé slová na svoju osobu. Na moju otázku či by si vymenili role, zaznela jednoznačná odpoveď – nie.

Žiaci hodnotili túto aktivitu za veľmi dobrú. Rýchle sa stotožnili so zadanými úlohami.

b) aktivita - Pomoc

Ciel': uvedomiť si, aká potrebná je pomoc pre každého jedného z nás

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** navrhnuť svoje rozhodnutie pre riešenie danej situácie
- **Psychomotorické:** vybrať správne riešenie
- **Afektívne :** prejaviť záujem riešiť danú situáciu

Metódy: rozhovor, diskusia

Kompetencie: komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 30 minút

Pomôcky: úlohy napísané na lístkoch

Postup:

- Rozdelila som žiakov rozpočítaním čísla 1,2,3 na tri skupiny. V každej skupine si žiaci zvolia jedného z nich, ktorí je chorý. Zdraví žiaci nesú svojmu kamarátovi úlohy domov.

Úlohou chorého žiaka je poprosiť zdravých spolužiakov, aby mu vysvetlili jeden príklad z matematiky.

Úloha pre zdravých spolužiakov:

sedíte nad jedným príkladom všetci už hodinu, ale stále chorý žiak príkladu nerozumie. Vy zdraví žiaci už začínate byť pomaly nervózni (zlosť na kamaráta, že príkladu stále nerozumie, začínate si o ňom myslieť, že je hlúpy).

Úloha : vymyslíte správne riešenie situácie.

Pomocné body pre zostavenie riešenia :

- Ako sa zachovajú zdraví žiaci ďalej, ako sa budú ku kamarátovi správať
- Budú mu ďalej pomáhať, alebo mu vynadajú ?

- Alebo.....?

Každá skupina dostala rovnaký čas a priestor na vyriešenie modelovej situácie. Prvá skupina vyriešila túto modelovú situáciu, tak, že ak nechápe ich vysvetľovanie nebudú to ďalej skúšať, ale poprosia pani učiteľku, aby tento príklad vysvetlila ona.

Druhá skupina to vzdala, bez toho, aby sa na niečom dohodli. Avšak na oboch stranách bolo vidno sklamanie na strane zdravých detí, že nevedia pomôcť chorému. Na strane chorého žiaka, že nevie pochopiť ich vysvetľovanie.

Zaujímavé riešenie poskytla tretia skupina, keď ešte pred príchodom ku chorému spolužiakovi sa dohodli, že ak nebude niečomu rozumieť poprosia starších súrodencov, alebo rodičov chorého, aby tento príklad vysvetlili. Zároveň sa dohodli aj na tom, ak by zlyhalo aj takéto riešenie poprosia pani učiteľku o vysvetlenie zadanej úlohy.

Pri samotnom hodnotení skupín, žiaci sa navzájom dopĺňali, všetkým žiakom sa páčilo najmä to, že si nenadávali.

Na tejto aktivite pracovali všetci žiaci, navzájom sa rešpektovali.

c) aktivita - Zoznámenie

Ciel: uvedomiť si, aká potrebná je pomoc pre každého jedného z nás

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** určiť svoje priority
- **Psychomotorické:** vybrať si správne slová pre zoznámenie
- **Afektívne :** uvedomiť si charakter osobnosti

Metódy: rozhovor, diskusia

Kompetencie: komunikatívne, sociálne

Časový rozvrh: 30 minút

Pomôcky: papiere, perá, klobúk alebo škatuľu, tabuľa a krieda

Postup:

- Vybrala som dvoch žiakov podľa dátumu narodenia a to dve dvojice. Zadala inštrukciu :

Ste v detskom tábore. Chcete sa zoznámiť s niekým kto sa vám páči. Úlohou prvej dvojice je predviesť ostatným, ako by ste sa zoznámili s novou osobou. Nezabudnite byť sami sebou. Druhá dvojica predvedie aj variantu ako sa zoznamovať nemá.

Poznámka k úlohám:

Ak žiaci nebudú schopní vymyslieť nejakú scénu, sociálny pedagóg môže žiakov navádzať. Prvá dvojica predviedla svoje zoznámenie tak, že si slušne prisadli jeden k druhému na lavičku, pozdravili sa a rozprávali sa o svojich záujmoch, záľubách, odkiaľ pochádzajú a nakoniec sa rozlúčili s tým, že budú kamaráti.

Druhá dvojica mala predviesť ako sa zoznámenie nemá robiť. Pokrikovali po sebe, robili na seba grimasy a navzájom sa urážali.

Po splnení úlohy vyzvem hercov v komunitnom kruhu, aby vyjadrili svoje pocity a odpovedajú na otázky:

- Ako sa vám hralo ?
- Aké ešte iné možnosti by mohla ich situácia mať ?

Po rozhovore s účinkujúcimi vyzvem ostatných

- Súhlasíte s riešením situácie ?
- Ak nesúhlasíte navrhnete iné riešenie

Rozdala som žiakom perá a papiere. Opäť vyzvala žiakov k tomu, aby napísali svoje tajné názory alebo otázky na vzniknuté situácie. Zobrala som škatuľu alebo klobúk a žiaci svoje otázky a pripomienky vkladajú do neho. Každý žiak si vylosuje z klobúka jednu pripomienku, prečíta ju a spolu skúšajú nájsť na vzniknuté problémy riešenie. Najčastejšie sa objavovali otázky :

- O čom by ste sa rozprávali ďalej ?
- Išli by ste na prechádzku ?
- Čo by ste si vymenili ?

Táto aktivita bola veľmi zaujímavá a zábavná, rozpútala sa tvorivá diskusia. Po zhodnotení aktivity som napísala na tabuľu:

Kde môžem hľadať pomoc, ak som v úzkych?

Žiaci podávajú návrhy, kde všade môžu hľadať pomoc, na koho sa môžu v núdzi obrátiť. Vzhľadom nato, že sme mali málo času na tabuľu som písala ja.

Linka detskej istoty 116 111

Dostupné na: www.unicef.sk

Linka detskej dôvery : tel. 055/234 72 72

E-mail: odkazy@linkadeti.sk

Skype: skype name: linkadeti

Chat: livechat

Dostupné na www.pomoc.sk

Polícia SR 158

Žiaci mali možnosť tieto informácie si opísať do zošitov.

4. stretnutie

Všetkým spolu je nám dobre a každý z nás je jedinečný

Cieľ stretnutia: rozvíjať u žiakov sebaúctu, medzil'udské vzťahy, informovanosť

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** vysloviť svoju mienku o spolužiakoch
- **Psychomotorické:** vytvoriť- nakresliť mapu triedy
- **Afektívne :** vážiť si jeden druhého

Metódy: výklad, demonštrančná, diskusia, rozhovor

Kompetencie: sociálne, pracovné

Časový rozvrh: 3 vyučovacie hodiny

Pomôcky: papier, pero, farby, nožnice, lepidlo, farbičky

Postup:

a) Aktivita- Po mojej pravej ruke si sadne ..., pretože

Cieľ: rozvíjať medzil'udské vzťahy

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** uviesť klady spolužiakov
- **Psychomotorické:** spolupracovať pri tvorbe pozitívnej klímy spoločenstva
- **Afektívne :** akceptovať jeden druhého, jeho názor

Metódy: rozhovor

Kompetencie: komunikatívne, sociálne, občianske

Časový rozvrh: 30 minút

Pomôcky: žiadne

Motivácia:

Hovorila som: Ľudia sú zaujímaví tvorcovia. Každý je iný. Niektorý je dobrý, niektorý milý, iný zas pohostinný, múdry a šikovný. Ľudia ale majú aj vlastnosti, ktoré sa druhým

nepozdávajú - napr. Lakomý, provokatér ... (žiaci môžu sociálnemu pedagógovi pomôcť vymenovávať tieto vlastnosti.) Je len na každom z nás, ako sa budeme správať k ostatným a akú úlohu si dáme. Najdôležitejšie je však, aby sme všetci vedeli, akú vlastne máme povahu. My to o sebe vieme, ale neuvedomujeme si to, pokiaľ sa nad tým nezamyslíme, alebo kým nám to niekto nepovie.

- Všetci sme si sadli do kruhu na stoličky. Žiakom som zadala inštrukciu o aktivite a oznámila, že budeme hľadať iba dobré vlastnosti každého žiaka. Upozornila, že každý žiak iba raz môže vymeniť miesto. Vedľa seba som dala po pravej strane o jednu stoličku viac, ako je žiakov. Začala som túto aktivitu slovami: „Chcem, aby si sadol po mojej pravici ... (tu oznámim meno žiaka), pretože je ... (tu oznámim dobré vlastnosti žiaka). Ďalej pokračujú žiaci, ktorí majú po svojej pravici voľné miesto.

Táto aktivita u žiakov rozvíja medzil'udské vzťahy, napomáha im k väčšej informovanosti o spolužiakoch, zvyšuje sebadôveru u žiakov prostredníctvom vyzdvihovania ich kladov. Hanblivejšie deti dostanú o sebe lepšiu mienku a prestávajú mať strach pred ostatnými sa vyjadriť.

Žiakom sa táto aktivita páčila. Pri záverečnom hodnotení konštatovali, že majú málo odvahy vyzdvihnúť klady ostatných.

Aktivita je prevzatá (Říčan, 2001, s. 245).

b) Aktivita žalujem - obhajujem - súdim

Ciel: vedieť vhodne argumentovať

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** vysvetliť svoje rozhodnutie - argumentovať
- **Psychomotorické:** podieľať sa na vytvorení vhodných argumentácií
- **Afektívne :** rozvíjať empatiu a toleranciu, prijímať stanovisko druhých

Metódy: rozhovor, demonštrančná

Kompetencie: komunikatívne, sociálne, občianske

Časový rozvrh: 30 minút

Pomôcky: žiadne

Postup :

- Rozdelila som žiakov do piatich skupín - žalobcovia, obhajcovia, porota, svedkovia a sudca - niekto, kto je schopný sa vyjadriť nad celkovou situáciou. Delenie prebieha rozpočítavaním 1,2,3,4,5 čím vzniknú päť skupiny. Žiakom pred začatím súdneho procesu som objasnila pravidlá a oznámila, ako ktorá skupina má pracovať, čo si majú všimnúť pri procese a čo majú hodnotiť. Všetkým dohromady som prečítala prípad (pozri prílohu 1). Teraz majú obhajcovia, žalobcovia priestor 5 - 10 minút na spracovanie prípadu. Po krátkej porade proces pokračuje. Najprv sa vypočujú svedkovia. Obhajcovia a žalobcovia si medzitým zapisujú fakty a medzi sebou si ich zapisujú do svojich poznámok. Potom prichádzajú žalobcovia a obhajcovia. Počas procesu môžu svedkov povolať na výsluch. Po procese nastane diskusia medzi účastníkmi, asi po 5 minútach sudcu navrhne prestávku na poradu porotcov. Porota na porade sa má držať pri hodnotení prípadu stránky formálne. Má si všimnúť, či sa v danom prípade dodržiavajú základné pravidlá medzil'udských vzťahov, kde sa prekráčajú a ako veľmi. Majú si všimnúť adekvátnosť výpovedí, argumentov a dôkazov. Prípad nakoniec dopadol nerozhodne pre nedostatok dôkazov a vďaka nehodnoverným svedkom, bol teda odročený na iný termín. Po súde žiaci navrhovali tresty, ktoré by mohli dostať agresori v prípade, že by boli skutočne odsúdení za spáchanie trestného činu.

Vo zvyšných piatich minútach žiaci vypovedali o svojich pocitoch - ako sa im v skupine pracovalo, ktorá úloha bola podľa nich najťažšia a či by radšej nechceli hrať inú rolu. Táto hra je prevzatá z publikácie Gajdošová a Herényiová (2007, s. 280 - 281).

Vzhľadom na nedostatočné komunikačné zručnosti žiakov na I. stupni ZŠ, malá slovná zásoba a nedostatočná informovanosť žiakov, kde som tento program realizovala, táto aktivita nebola vhodne zvolená. Pri opakovanej realizácii tohto preventívneho programu odporúčam aktivitu - Príbeh o hneve alebo príbeh o plote (pozri prílohu 2).

c) Výtvarné stvárnenie mapy

d) **Cieľ:** vytvoriť mapu triedy - jednotlivec ako neoddeliteľná súčasť sociálnej skupiny

Špecifické ciele

- **Kognitívne :** formulovať vlastný znak a slogan
- **Psychomotorické:** nakresliť svoju postavu
- **Afektívne :** uvedomiť si, že aj ja patríam do tejto skupiny

Metódy: rozhovor, kreslenie

Kompetencie: komunikatívne, sociálne, občianske , pracovné

Časový rozvrh: 45 minút

Pomôcky: farby, fabričky, papier, dataprojektor, notebook, USB kľúč

Výtvarná činnosť

- Celá trieda dostala jeden baliaci papier a inštrukciu - každý žiak namaluje sám seba - svoju osobu. Do postavy namaluje symboly, ktorých obsahom je jeho kladná charakteristika. Túto charakteristiku nemusíte maľovať len pomocou symbolov, môžete ju tiež zaznamenať farbami.
- Po ukončení úlohy som vyzvala žiakov, aby utvorili kruh a každý sa postaví k svojmu obrázku, následne ostatným spolužiakom svoj obrázok objasní. Po objasnení obrázkov som zadala ďalšiu inštrukciu: každý si zoberie do ruky pastelku takej farby, aká sa mu páči a okolo svojej postavy si vymyslí svoj vlastný znak a zaplní celý biely priestor okolo postavy
- Ďalšia inštrukcia: každý žiak si vymyslí slogan pre svoju triedu

Pri tejto aktivite nastal technický problém, baliaci papier bol malý. Tento problém žiaci vyriešili tak, že dvaja kamaráti svoje postavy nakreslili do stredu baliaceho papiera. Bolo zaujímavé sledovať žiakov, ako nadšene pracovali nielen pri kreslení, ale pri vymýšľaní sloganov na svoju triedu. Najčastejšie boli vymyslené tieto slogany:

- Majme sa radi!
- Všetci spolu !
- Spoločne viac dosiahneme !
- Lepšie je nám spolu
- To sme my !

Nakoniec sa žiaci spoločne dohodli, že mapa triedy bude mať názov: „ To sme my, všetci spolu, majme sa radi „, tieto slogany sme spoločne zakrúžkovali a prepojili šípkami. Žiaci nás požiadali, aby mapa triedy tvorila výzdobu triedy, tak spolu s triednou učiteľkou sme ju umiestnili na stenu triedy. Tak ako ostatné stretnutia a aj toto sme hodnotili spolu so žiakmi. Všetky aktivity z tohto stretnutia sa im páčili, najviac sa javila zaujímavejšia posledná aktivita. Na záver nasledovalo zhodnotenie práce na interaktívnej tabuli. Program som mala pripravený v bodoch na USB kľúči, aby žiaci mohli reagovať na jednotlivé stretnutia. Program sa žiakom páčil, následne nastalo

sklamanie, že tento program skončil. Na vyhodnotenie sme pozvali aj triednu učiteľku, kde jej žiaci porozprávali o svojich pocitoch o tom čo pre nich tento program priniesol. Triedna učiteľka žiakom prisľúbila, že poprosí triednu učiteľku, ktorá ich dostane, aby pokračovala v takýchto programoch.

2.4. Hodnotenie vykonaného programu

Podľa môjho názoru sa program vydaril a mal viditeľné výsledky. Žiakov téma zaujímala, nemuseli byť príliš stimulovaní k ponúknutým činnostiam. Žiaci boli opatrní pri kladení otázok v rámci diskusie. Boli citliví ku kamarátom, ktorých sa šikanovanie týkalo. Sami podľa úsudku rozlíšili šikanovanie na psychické a fyzické. Po celú dobu projektu pracovali aktívne a tvorivo. V skupinových činnostiach si žiaci pomáhali a navzájom sa rešpektovali.

V programe sa nám podarilo splniť všetky vytýčené ciele. Žiaci sami dokázali definovať pojem šikanovanie pomocou vlastných slov. Pojem šikanovanie vysvetlili vďaka vzhliadnutiu rozprávky, spoločnej diskusie o filme a vďaka príkladom šikanovania, ktoré mali rozdeliť na šikanovanie fyzické alebo psychické. Pri predvedení rolových úloh bolo potrebné najprv úlohu analyzovať, zistiť problém vyskytujúci sa v danej úlohe a vyriešiť ho správnym spôsobom a zlým spôsobom. Pri predvádzaní rolí mali ostatní žiaci za úlohu spoznať, či ide o zlý variant riešenia scény alebo dobrý variant. Žiaci navrhovali ešte ďalšie možné správne riešenie úlohy. Analýzu problému vykonávali aj v hre žalujem - obhajujem - súdim. Úlohou žiakov bolo problému porozumieť, rozobrať ho pred súdom a nakoniec navrhnúť jeho riešenie. Žiaci počas súdu tiež predstavili dôvod vybraného návrhu riešenia. Túto funkciu zastupovali najviac skupiny predstavujúce porotu, žalobu aj obhajobu. Žiaci aj počas diskusií a rozhovorov zdôvodňovali svoje názory a predpoklady. Táto aktivita bola nevhodne zaradená do programu, je veľmi náročná, vhodná pre vyšší stupeň ZŠ. Takmer na konci projektu mali priestor pre oznámenie svojich záverov ohľadom tematiky šikanovania. Túto skutočnosť realizovali pomocou anonymnej korešpondencie. Na konci činnosti sa čítali lístky od žiakov a spoločne sa diskutovalo ohľadom ich obsahu.

Vďaka aktivitám a hrám si žiaci uvedomovali svoju dôležitosť v skupine. Každý zo žiakov dostal v hre zaujímavú a dôležitú úlohu. Napríklad v hre „Molekuly a atómy“ sa museli žiaci zoskupovať do skupín podľa vysloveného počtu. Táto hra vedie k uvedomeniu si prítomnosti ostatných osôb okolo seba a tiež potrebnosti svojej vlastnej osoby voči ostatným. Pri hre v úlohe každý žiak získal svoje miesto, ktoré bolo nenahraditeľné. Preto bol každý žiak braný ostatnými ako nenahraditeľná osobnosť pre skupinu, triedu a svoje okolie. Práca v skupinách a práca spoločná s triedou rozvíjali medzi žiakmi kooperáciu, empatiu a potrebu druhému pomáhať. Spoločne všetci na konci projektu vytvorili mapu triedy. Postavy v tejto mape sú všetky podobne veľké. Pri dotváraní priestoru mimo svoju osobu na plagáte väčšina žiakov vykreslila iba plochu okolo nej. Žiaci si týmto spôsobom ohraničili svoje miesto, dalo by sa povedať svoju pozíciu v triede. Iba dvaja chlapci svoj priestor mierne presunuli do seba a jedno dievčatko malo svoju postavu iným priestorom prečiarknutú. Pri práci boli žiaci celkom tolerantní. Niektorí sa snažili pri práci uvoľniť miesto druhým. Žiaci maľovali spoločne na jeden plagát. Svoje postavy namalovali do kruhu. Žiaci sa maľovali vedľa svojich kamarátov. Doprostred sa namalovali dvaja chlapci, ktorí sú dobrí priatelia. Nezostalo na ne v kruhu

miesto. Jeden z chlapcov uprostred kruhu je celkom pozitívne dominantná osobnosť. Pri maľbe sa nestalo, že by niekoho zo svojho kruhu odstrkávali. Pri reflexii výtvarnej činnosti som spozorovala, že každý žiak chcel pred ostatnými svoju osobnosť predviesť a zdôrazniť jej dôležitosť. Spolupráca medzi žiakmi bola výborná až na jedno dievčatko, ktorá je ľahko mentálne postihnuté. Pri hre úloh bolo zaujaté a aktívne. Pri súde už bolo sústredené menej. Bola medzi svedkami, v niektorých situáciách v hre sa stalo, že hre nerozumelo. Vo výtvarnej činnosti sa veľmi spokojne a zaujato pracovalo na svojich dobrých vlastnostiach.

Program PREVENCIA ŠIKANOVANIA rozvíjal uvedené druhy kompetencií:

Kompetencie k učeniu

- žiaci samostatne pracovali nad danými úlohami, experimentovali pri hrách v úlohe, výsledky porovnávali, operovali s cudzím pojmom šikanovanie, spoznávali zmysel programu.

Kompetencie k riešeniu problému

- žiaci počas programu vnímali problém šikanovania, pochopili ho, navrhovali riešenie, premýšľali o jeho príčinách a dôsledkoch, uvážlivo rozhodovali o náprave.

Kompetencie komunikatívne

- žiaci vyjadrovali svoje myšlienky a názory výstižne, plynule a kultivovane. Navzájom si načúvali, aktívne sa zapájali do diskusií.

Kompetencie sociálne a personálne

- žiaci spolupracovali v skupine, upevňovali navzájom kladné medzil'udské vzťahy, vytvárali pozitívnu predstavu o sebe samom.

Kompetencie občianske

- žiaci rešpektovali názory druhých, dodržiavali demokraciu pri riešení situácie, rozhodovali sa zodpovedne voči ostatným.

Kompetencie pracovné

- žiaci dodržiavali bezpečný postup pri práci, využili svoje znalosti techniky maľby k spoločnej práci, adaptovali sa na zmenené podmienky práce.

2.5. Odporúčania pre odbornú prax

- Časový priestor, ktorý sme mali na realizáciu programu bol nedostatočný a preto by bolo vhodné zaradiť sociálneho pedagóga medzi stálych zamestnancov školy, ktorý by pracoval s obeťami aj agresormi, poradil pedagógom ako majú postupovať.
- Zapojiť triedne učiteľky do tvorby a realizácie preventívnych programov
- Viac využívať prítomnosť sociálneho pedagóga na triednických hodinách na prevenciu agresivity, násilia a šikanovania.
- Už na I. stupni základných škôl (od 1. ročníka) zlepšovať informovanosť žiakov, ale aj pedagógov , kde majú hľadať odbornú pomoc - adresy, telefónne čísla.
- Je vhodné so žiakmi pracovať na zmenách, nežiaducich stereotypov vo vzťahoch, hľadať nové iné formy sociálneho správania.
- Podmienkou pre efektívnosť prevencie je ochota celého pedagogického zboru zaoberať sa problematikou šikanovania, do prevencie šikanovania by sa mali zapojiť všetci, ako pedagogickí pracovníci, tak aj nepedagogickí zamestnanci.
- Využívať aktivizujúce metódy, ktoré v žiakoch vzbudzujú záujem o učenie, podporujú žiaduce myslenie, správanie a prežívanie.

- Zarad'ovať pravidelne preventívne programy do prevencie škôl, ktoré realizujú sociálni pedagógovia.

ZÁVER

V práci „Program prevencie šikanovania“ som sa zaoberala prevažne preventívnymi metódami a organizačnými formami. Podľa môjho názoru je veľmi dôležité využívať v prevencii efektívne a rôznorodé metódy a formy práce. Pretože práve zmena činí činnosti zaujímavejšími, pomôže k lepšej sústredenosti, navodí inú atmosféru a žiakov priebežne motivuje k činnosti. Výsledky programu potvrdili, že šikanovanie v školách je prítomné. Je teda potrebné snažiť sa nielen o odhalenie šikanovania, ale aj jeho predchádzanie. Prevenciou sa nemyslí len informovať žiakov o probléme. Žiaci by si mali problém zažiť pomocou hry, v úlohe alebo pomocou dramatizácie a mali by si sami uvedomiť, že pozícia šikanovaného nie je jednoduchá. Práve empatia a zmysel pre spravodlivosť žiakov motivuje k zmene správania a k zmene pohľadu na život. Z projektu tiež usudzujem, že väčšina učiteľov považuje za efektívne využívať preventívne metódy šikanovania. Efektívnym výsledkom bolo učiteľmi uvádzané napr. zlepšenie vzťahov v triede, zmiernenie nevhodného správania, väčšia všímavosť okolia, pomáhajúce si navzájom, početnejšie zverovanie sa učiteľom.

Ak venujeme žiakom priestor pre vyjadrenie ich pocitov a potrieb, snažíme sa preniknúť do ich sveta, prežívame s nimi starosti i radosti, prejavujeme im svoju náklonnosť, vieme ich pochváliť, ale aj karhať, dokážeme v každom žiakovi prebudiť jeho prednosti, odstránime medzi nimi a žiakmi bariéru strachu. V tejto chvíli sa cítia žiaci v škole bezpečne, pretože vedia, že môžu svojmu učiteľovi oznámiť svoje obavy, problémy a následne ich riešiť. Niektorí učitelia povedali, že zmeny v správaní boli viditeľné, ale pomaly sa vytrácali a všetko sa vracalo späť do starých kolíaj. V takom prípade by sa mal učiteľ zamyslieť nad tým, či boli preventívne metódy dost' motivujúce, či žiaci pri rozoberaní problému brali tému vážne a či nie je potrebné využiť aj iné metódy, realizovať dlhodobejšie preventívne programy. Učiteľ nemusí voliť priamo tému šikanovania, ale môže využiť hry a aktivity podporujúce sociálne zručnosti, kreativitu, asertivitu a ďalšie. Je mylné sa domnievať, že metódy prevencie šikanovania sa do vyučovacích hodín nemusia vkladať z dôvodu, že žiaci tému poznajú. Samozrejme, že pojem šikanovanie poznajú, ale vo väčšine prípadov si šikanovanie neuvedomujú. Obete sa samy neprihlásia, pretože majú strach z obvinenia, zo žalovania, strach z nepochopenia okolia, strach zo svojej vlastnej neschopnosti nadviazať kontakt a udržať si ho, strach z posmeškov. Agresor sa tiež neudá, pretože by ho čakal trest a opovrhnutie zo strany dospelých. Prizerajúci môžu v niektorých prípadoch pomôcť obeti, ale tiež majú strach z toho, že sa môžu stať obeťou agresora, strach z toho, že mu nebudeme veriť.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ZDROJOV

1. BAKOŠOVÁ, Z.: Metódy sociálnej pedagogiky – výzva pre teóriu a prax sociálnej pedagogiky. In: Sociálna pedagogika v teórii a praxi. Brno: 2008, s. 16-17 .
2. BENDL, S. Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003, ISBN 80-86642-08-9
3. GAJDOŠOVÁ, E. HERÉNYIOVÁ, G. Rozvíjení emoční inteligence žáků. Praha: Portál, 2006, ISBN 80-7367-115-8
4. KALHOUS, Z., OBST, O. Školní didaktika. Praha: Portál, 2002, ISBN 80-7178-253-X
5. KLIMEŠ, L. Slovník cizích slov. Praha: SPN-pedagogické nakladatelství, 2005, ISBN 978-80-7235-446-7
6. KOLÁŘ, M. Otevření problému školního šikanování v ČR a ve světě. In KOLÁŘ, M. Školní šikanování. Praha: Chapiteau, s. r. o., 2004, s. 10 – 12, ISBN 239-2994-1
7. KOLÁŘ, M. Skrytý svět šikanování. Praha: Portál, 1997, ISBN 80-7178-123-1
8. KOZLÍKOVÁ, M., MARTINČEKOVÁ, I. 1997. Primárna prevencia vo výchovno-vzdelávacom procese. Bratislava: Metodické centrum Bratislava, 1997. ISBN 80-7164-211-8
9. HRONCOVÁ, J. a kol.: Sociálna pedagogika na Slovensku. (História a súčasnosť).
10. MRÚZOVÁ, A. Preventívne programy .In eDrogy- Dištančné vzdelávanie pedagogických zamestnancov v oblasti prevencie závislostí. Modul Koordinátorov prevencie – začiatok. Prešov: Rokus, 2007. ISBN 978-80-8045-473-9-
11. OROSOVÁ, O. Prevencia- pomoc- rovesníci alebo „Preventívne nie neškodí“ (Inovatívne metódy pomoci v prevencii drogových závislostí školskej praxi). Univerzita P.J. Šafárika v Košiciach, 2003.
12. SMIKOVÁ, E. (2003) : Šikanovanie. In: Poradca učiteľa. Raabe , Bratislava 2003
13. WEICHSELGARTNER, D., MAJER, P. 2006. Zásady tvorby preventívneho programu strednej školy a školského zariadenia – Dostupné na :www.zask.sk/files/odbory/skolstvo/rok_2006/vseobecne_info/Preventivny_program_skoly_a_skolskeho_zariadenia.pdf
14. ZÁKON 245/2008 o výchove a vzdelávaní
15. ZÁKON č. 317/2009 o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov, časť štvrtá § 24
16. ZÁKON NRSR č. 317/2009 O pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch

Internetové zdroje

17. DOSTUPNÉ na www.ovce.sk
18. DOSTUPNÉ na www.pomoc.sk
19. DOSTUPNÉ na www.unicef.sk
20. DOSTUPNÉ na www.infodrogy.sk
21. DOSTUPNÉ na kolektív, [online]. [Cit. 30-03-2015]
Dostupné na [www: http://cs.wikipedia.org/wiki/Kyberšikana](http://cs.wikipedia.org/wiki/Kyberšikana))
22. DOSTUPNÉ na <http://www.statpedu.sk>

ZOZNAM PRÍLOH

Príloha 1 Príbeh

Príloha 2 Príbeh o hneve alebo príbeh o plote

Príbeh

Vždy som bola tiché dieťa, ktoré muselo dávať pozor na mladšiu sestru. Rovesníci si na to zvykli, veď v malej dedine bolo bežné všade chodiť s mladším súrodencom.

Problémy nastali až v piatom ročníku, keď som musela do školy dochádzať do susednej dediny. Paradoxom je, že práve dievča, s ktorým som tom čase sedela v lavici, mi začalo meniť život na peklo. Najprv proti mne poštvala dievčatá, neskôr aj chlapcov. Dodnes neviem, prečo sa to všetko začalo, ale myslím si, že to bolo kvôli mojím veľmi dobrým výsledkom v škole. V tomto období som veľmi výrazne schudla, aj keď nikdy som nebola bacuľaté dieťa. Podváhu mám do dnešného dňa a hoci som prešla všetkými možnými vyšetreniami, žiadnu príčinu podváhy lekári nezistili.

Pred rokmi som nevedela, čo sa vlastne robí a doma som nič nepovedala. Vulgárne nadávky, ktoré človek bežne počuje asi len z krčmy, sa stali bežnou súčasťou môjho života. Okrem toho boli úplne bežné posmešky z toho ako chodím, sedím, jem desiatu, prípadne aj z oblečenia.

Istý čas sa moji bývalí spolužiaci veľmi dobre bavili tým, keď ma pichali špendlíkom do chrbta, alebo rúk. Postupne som si začala myslieť, že to všetko je moja vina a zaslúžim si to. Najhoršia na tom je skutočnosť, že učitelia o tom vedeli. Žiadny však výraznejšie nezakročil, maximálne sa zmohli na vetu: "Ale dievčatá, ako sa to správate." Rodičia sa o tom dozvedeli až necelý mesiac pred ukončením deviateho ročníka, aj to len náhodou. Moje trápenie pokračovalo aj po ukončení základnej školy, keď som stretla moje bývalé spolužiačky na ulici, spustili hlasný smiech a ukazovali si na mňa prstom. Na strednú školu som prišla zakríknutá, neverila som nikomu a ničomu.

Radšej som sa komunikácií s novými spolužiakmi vyhýbala, strašne som sa bála, že sa to začne znovu. Postupne sa to však zlepšilo a našla som si konečne kamarátov. No celé roky mám problém nadviazať s niekým bližší vzťah. Tento rok končím vysokú školu a doposiaľ som nemala žiadny vážnejší vzťah s chalanom. Dokážem nadviazať maximálne kamarátstvo.

V poslednom čase mám pocit že sa mi začína meniť povaha. Už sa nebojím nadviazať s niekým kontakt, ale určité bariéry v mojom vnútri ma zrejme budú sprevádzať ešte veľmi dlho.

Príbeh o hneve alebo príbeh o plote



Žil raz jeden malý chlapec, ktorý mal zlú povahu. Otec mu dal vrečko plné klinec a povedal, že vždy, keď bude nahnevaný, tak nech zatlačie jeden klinec do plotu vzadu za domom. Prvý deň chlapec zatĺkol 37 klinec. Za niekoľko týždňov sa naučil svoj hnev kontrolovať a počet zatĺčených klinec sa postupne znižoval. Zistil, že je jednoduchšie ovládať zlosť než zatĺkať klinec do plotu. Nakoniec prišiel ten deň, kedy sa chlapec ani raz nenahneval. Povedal to otcovi a otec mu navrhol, aby teraz vytiahol vždy jeden klinec, pokiaľ sa celý deň nenahnevá. Dni plynuli a chlapec mohol po čase povedať otcovi, že v plote nezostal ani jeden klinec. Teraz otec vzal chlapca za ruku a zaviedol ho k plotu. Tam mu povedal: „Urobil si dobre, chlapče, ale pozri sa na diery v plote. Ten plot už nikdy nebude taký, aký bol. Keď povieš niečo, tak to zanechá práve takéto jazvy. Ako keď zabodneš do človeka nôž a vytiahneš ho. Nezáleží na tom koľkokrát povieš ľutujem, rana stále zostáva. Rana spôsobená slovom bolí rovnako ako fyzický úder. Preto si najskôr dobre premysli, čo môžeš komu povedať a aké to bude mať následky...”

Zdroj: <https://www.facebook.com/Silamysleni>