

DOI: <https://doi.org/10.54937/ssf.2023.22.2.101-110>

Prevenia šikanovania v školskom prostredí formou zážitkových metód práce

Prevention of Bullying in the Scholl Environment in the Form of Experiential Work Methods

Zuzana Geršicová, Marina Masáriková,
Beáta Mačová, Gabriela Gabrhelová

Abstract

The theoretical aim of the contribution is to characterize the phenomenon of bullying and to define methods of its prevention in the school environment. In the application level of our research work, we created a preventive program and implemented it using experiential methods in experimental classrooms during classroom lessons. Its goal was to increase the subjective satisfaction of students with their lives. The aim of the empirical part was then to compare the results of the BDP questionnaire aimed at the personal satisfaction of the youth with regard to the experimental and control groups.

Keywords: Bullying. Prevention of bullying. Experiential work methods.

Šikanovanie na školách je dlhodobo považované za veľmi vážnu a citlivú tému. Môžeme tvrdiť, že šikanovanie má výraznú tendenciu zasiahnuť nielen do atmosféry v danej triede, ale aj do sociálnej klímy školy. Preto je potrebné včas diagnostikovať šikanovanie, a to hlavne so zreteľom, aby bol dosiahnutý čím menší dopad na obeť agresora. Medzinárodná štúdia pod názvom Health Behavior in School - aged children study (HBSC) vydala v máji 2020 novú medzinárodnú správu s názvom „*Spotlight on adolescent health and well-being*“. Komplexné výsledky poskytli reprezentatívne porovnateľné údaje o šikanovaní, ktoré má vzrastajúcu tendenciu. Vo výskume na otázky týkajúce sa šikanovania v školách v rámci prieskumu WHO/HBSC odpovedalo približne 5 300 žiakov. Boli zastúpení v troch vekových kategóriách (11-, 13- a 15-rokov). Podľa zistení je možné verifikovať, že šikanovanie aj v slovenských školách je výrazne rozšírené. Zistilo sa, že obeťami tradičného šikanovania sa častejšie stávajú chlapci. V prípade dievčat dochádza k častejšiemu výskytu obeť kyberšikanovania (Health Behavior in School - aged children study, 2020). Je potrebné uviesť, že jednou zo základných úloh školy je predchádzať šikanovaniu, a to predovšetkým zameraním sa na účinnú prevenciu (Biziková, 2011).

Škola priamo zodpovedá za to, akú pozitívnu sociálnu klímu vytvára a akým spôsobom ju podporuje a ako narába so skupinovou dynamikou. Je preukázateľné, že na školách s pevnými hranicami, inkluzívnym tímom, koordinátormi pre prevenciu je menšie riziko šikanovania. Čo znamená lepšie a kvalitnejšie podmienky pre vzdelávanie žiakov a vytváranie podnetnej sociálnej klímy, ktorá je výrazným prediktorom pre budovanie zdravej rozvíjajúcej sa osobnosti mladého jedinca s pozitívnym subjektívnym pocitom spokojnosti (Lengyel, 2019).

V závislosti časového vymedzenia rozlišujeme krátkodobé a dlhodobé šikanovanie. Krátkodobé šikanovanie sa javí ako nebezpečnejšie, pretože môže prebiehať v sociálnej skupine a pedagóg o ňom často ani nevie (Barnová a kol., 2018). Tiež je charakteristické, že pri krátkodobom šikanovaní ide skôr o uvoľnenie napätia agresora (napríklad sa prejavuje v rôznych životných situáciách, keď nastalo úmrtie v rodine, pri rozvoze rodičov alebo pociťuje nudu, frustráciu, nepochopenie, atď.). Naopak pri dlhodobom šikanovaní, ktoré obvykle trvá dlhšie sa zo šikanujúcich stávajú trýznitelia z rôznych dôvodov, napríklad egocentrizmus, pociťovania nedostatočnej rodičovskej lásky, nízka miera sebaúcty, sebadôvery a pod. (Vágnerová, 2012). Učitelia by mali poznať typy šikanovania, s ktorými sa môže žiak stretnúť, aby boli lepšie pripravení na pomoc dieťaťu v každej situácii (Gordon, 2019).

Považujeme za potrebné zdôrazniť, že šikanovanie môže mať negatívne následky pre obeť aj agresora. Z hľadiska negatívnych vplyvov pri krátkodobej forme šikanovania autori Wolke a Lereya (2015) špecifikujú vo svojich záveroch výskumu niekoľko dôsledkov ako je slabý prospech v škole (vymeškanie v škole z dôvodu prerušenia zvyšuje toto riziko), zvýšené riziko záškoláctva, ťažkosti s udržiavaním sociálnych vzťahov, či zvýšené riziko zneužívania návykových látok. U obeť šikanovania je vyššie riziko vzniku závislosti od alkoholu a fajčenia, depresie a celkovo vyššie riziko vzniku duševných porúch. Skúsenosť so šikanovaním v detstve sa často prejaví aj rozvojom depresie a úzkostí v ranej dospelosti, môžu sa vyskytnúť problémy v oblasti sociálneho fungovania, postoje spojené s očakávaním ohrozenia, depresívne poruchy, samovražedné myšlienky a rôzne psychosomatické symptómy (Sandoval et al., 2014). Nami realizovaný preventívny program bol preto smerovaný k eliminácii týchto faktorov a následne sme porovnali subjektívnu životnú spokojnosť experimentálnej a kontrolnej skupiny.

Metodika výskumu

Zvolenou výskumnou vzorkou boli žiaci v stredných školách. Vzájomne sme porovnávali jednotlivé triedy, kde sa na prevencii pracovalo tradičným spôsobom a potom s experimentálnymi triedami, kde sme na prevenciu použili nami vytvorený prevenčný program proti šikanovaniu, ktorý má rámec zážitkového spôsobu učenia. Na danom prevenčnom programe

mohli spolupracovať aj rodičia počas dištančnej výučby. Na zistenie výsledku sme použili dotazník BDP, nástroj na zisťovanie subjektívnej pohody mládeže (Grob, 1991, preklad Džuka, 1993).

Dotazník BDP na zisťovanie subjektívnej pohody mládeže obsahuje 32 položiek, je preložený z originálu Berner Fragebogen zum Wohlbefinden Jugendlicher (BFW) autora Groba (1991) a do slovenčiny ho preložil a modifikoval Džuka et. al. (1993). Slovenská verzia vykazuje vysokú validitu a reliabilitu. V realizovaných výskumoch dosiahol koeficient Cronbachovej alfy hodnotu 0,74 - 0,87. Verzia, ktorú sme pre náš výskum použili, zohľadňuje všetky doterajšie skúsenosti autorov slovenského prekladu s týmto nástrojom a pozostáva z týchto 5 škál:

1. Celková životná spokojnosť (položky 1 – 8)

Skóre za túto škálu získame tak, že spočítame hodnoty vo všetkých položkách a získané hrubé skóre vydáme počtom položiek. Dostaneme tak aritmetický priemer pre danú škálu (jeho hodnota sa bude pohybovať v rozpätí 1 – 6). Čo sa týka stability meraného znaku, možno považovať získaný údaj o celkovej životnej spokojnosti za relatívne pretrvávajúcu charakteristiku osoby (habituálny aspekt subjektívnej pohody), z hľadiska obsahu sa jedná o kognitívne hodnotenie (subjektívny úsudok) vlastnej životnej spokojnosti. *Čím vyššie skóre osoba dosiahne, tým je so svojim životom spokojnejšia.* Táto dimenzia je považovaná za základný komponent subjektívnej pohody kognitívneho charakteru.

2. Aktuálne psychické problémy (položky 9 – 16)

Aj v tomto prípade možno vypočítať celkové skóre (resp. aritmetický priemer), možno však zistiť aj výskyt a stupeň jednotlivých problémov zvlášť tak, že vyhodnotíme odpovede na každú položku zvlášť (jeho hodnota sa bude pohybovať v rozpätí 1 – 6).

Tento znak podľa súčasných definícií subjektívnej pohody (Diener, 1994) nepredstavuje súčasť subjektívnej pohody, možno ho však interpretovať ako negatívny aspekt subjektívneho prežívania.

Z hľadiska stability možno predpokladať, že je skôr ukazovateľom aktuálneho prežívania (nie habituálneho). *Čím vyššie skóre v tejto škále osoba dosiahne, tým viac starostí prežíva.*

3. Aktuálne telesné ťažkosti (položky 17 – 24)

V prípade tejto škály možno postupovať podobne ako v prípade škály č.2 (jeho hodnota sa bude pohybovať v rozpätí 1 – 4). Ani táto škála nie je považovaná za súčasť konštruktú "subjektívna pohoda" v zmysle súčasnej koncepcie tohto pojmu avšak, je dobrým ukazovateľom toho, akými telesnými ťažkosťami osoba trpí. *Čím vyššie skóre osoba dosiahne, tým častejšie prežíva telesné ťažkosti.*

4. Sebaocenenie (položky 25 – 27)

Tri položky tejto škály reprezentujú mieru, ktorá vyjadruje cez postoje osoby k sebe samej skutočnosť, ako osoba seba samu hodnotí. Táto škála meria relatívne stabilnú osobnostnú dimenziu osobnosti (jeho hodnota sa bude pohybovať v rozpätí 1 – 6). *Čím vyššie skóre, tým osoba seba samu vníma ako hodnotnú, má k sebe samej pozitívnejší postoj a pozitívnejšie sebaocenenie.* Čo sa týka sebaocenenia, časť autorov ho považuje za súčasť konštruktu subjektívna pohoda (Ryff, 1989), časť autorov nie (Diener, 1994).

5. Depresívne naladenie (položky 28 – 32)

Autori prekladu používajú aj pomenovanie “habituálne psychické problémy”, čím je vyjadrené, že sa jedná o pretrvávajúci spôsob prežívania osoby, s negatívnym obsahom (jeho hodnota sa bude pohybovať v rozpätí 1 – 6). *Čím vyššie skóre, tým sú habituálne psychické problémy pre osobu typickejšie.*

Získané údaje od žiakov boli spracované, analyzované prostredníctvom štatistického programu SPSS Statistics 22.0. s použitím matematicko-štatistických metód deskriptívnej, induktívnej, exploračnej štatistickej analýzy, konkrétne neparametrického poradového Wilcoxonovho testu (resp. Mann – Whitneyov U-test). Experiment bol realizovaný v spolupráci Čubriková (2022).

Tabuľka 1: Počet respondentov

	Experimentálna skupina	Kontrolná skupina
dievčatá	30	32
chlapci	20	18
spolu	50	50

Zdroj: vlastné spracovanie



Nami zvoleného výskumu sa zúčastnilo 62 dievčat a 38 chlapcov. Rozdelení boli do 2 skupín na základe využívanej metódy prevencie šikanovania a to do skupiny experimentálnej a do skupiny kontrolnej (Tabuľka 1). Experimentálnu skupinu tvorilo 30 dievčat, čo predstavuje 60% a 20 chlapcov, čo predstavuje 40% z výskumného súboru tejto skupiny. V kontrolnej skupine bolo 32 dievčat, čo tvorilo 64% a 18 chlapcov, čo tvorilo 36% výskumnej vzorky tejto skupiny.

Prezentácia zistení

V kontexte pohľadu na problematiku skúmania vplyvu zážitkového preventívneho programu na subjektívnu pohodu mládeže sme pristúpili k overovaniu hypotézy. Verifikácia hypotézy znela: „Predpokladáme, že existujú štatisticky významné súvislosti pri posúdení aspektov subjektívnej

pohody u mládeže experimentálnej a kontrolnej skupiny“. Štatistickou analýzou sme zistili nasledujúce údaje (bližšie Tabuľka 2, Graf 1). Porovnaním zisťujeme, že p -hodnota $< \alpha$, H_0 je zamietnutá. Náhodne vybraná hodnota skupiny experimentálnej triedy sa nepovažuje za rovnajúcu sa náhodne vybranej hodnote skupiny kontrolnej triedy. Inými prejavmi, rozdiel medzi náhodne vybranou hodnotou skupiny experimentálnej triedy a skupiny kontrolnej triedy je dostatočne veľký na to, aby bol štatisticky významný. Stanovená p -hodnota sa rovná 0,000301, ($p(x \leq Z) = 0,0001505$). To znamená, že pravdepodobnosť chyby typu I (odmietnutie správneho H_0) je malá: 0,000301 (0,03 %). Štatistika testu Z sa rovná -3,6144, čo nie je v 95 % oblasti prijatia: $[-1,96 : 1,96]$. Hodnota $U = 1966,5$, nie je v 95 % oblasti prijatia: $[2423.5959 : 3505.4041]$.

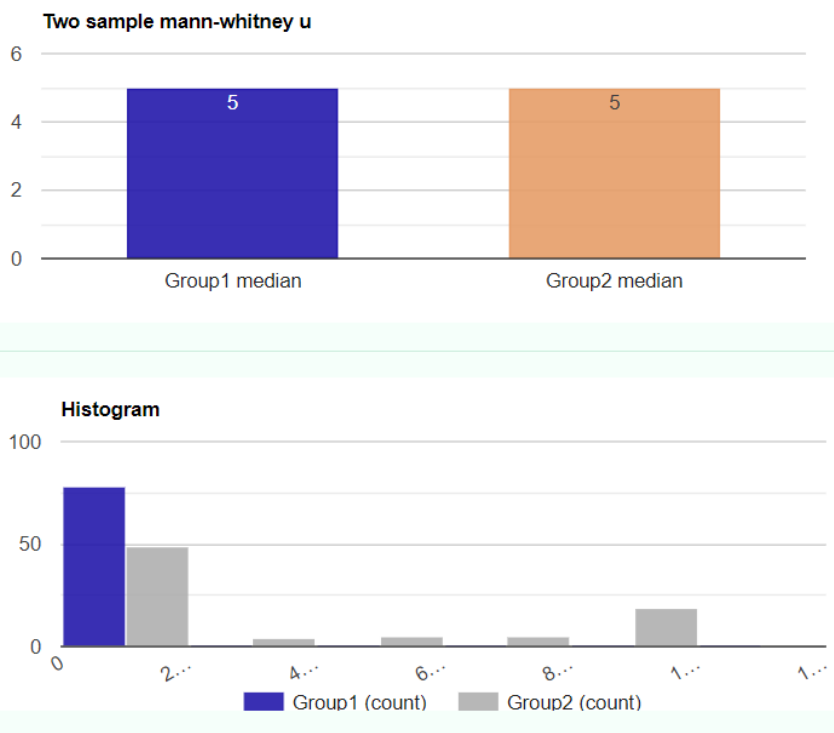
Tabuľka 2: Mann Whitney U (Wilcoxon rank-sum) testovanie aspektov subjektívnej pohody u žiakov experimentálnej a kontrolnej skupiny

Ukážka SD (S):	15901472.6	391847314
Medián:	5	5
Šikmost:	8.774964	0.754157
Tvar zošikmenia:	 Asymetrické , vpravo/kladné	 Asymetrické , vpravo/kladné
Normálnosť:	2.22e-16	3.646e-11
Odláhlé hodnoty:	139534884	
Počet odláhlých hodnôt:	1	0
Poradie:	4969.5	6965.5
U:	3962.5	1966.5
Oprava väzieb:	0.005482310226143243	
presne:	false	

Zdroj: vlastné spracovanie

V rámci riešenia veľkosti účinku pozorovaná štandardizovaná veľkosť účinku je malá (0,29). To naznačuje, že veľkosť rozdielu medzi hodnotou zo skupiny žiakov experimentálnej triedy a hodnotou zo žiakov kontrolnej triedy je malá. Pozorovaná veľkosť efektu je 0,33, čo je pravdepodobnosť, že náhodná hodnota zo skupiny žiakov experimentálnej triedy je väčšia ako náhodná hodnota zo skupiny žiakov kontrolnej triedy.

Graf 1: Mann Whitney U (Wilcoxon rank-sum) testovanie aspektov subjektívnej pohody u žiakov experimentálnej a kontrolnej skupiny



Zdroj: vlastné spracovanie

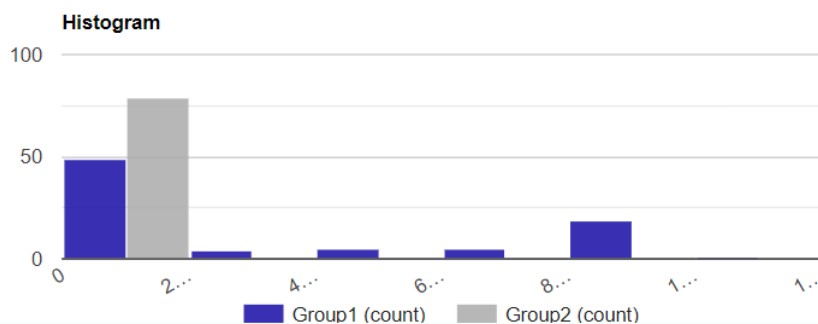
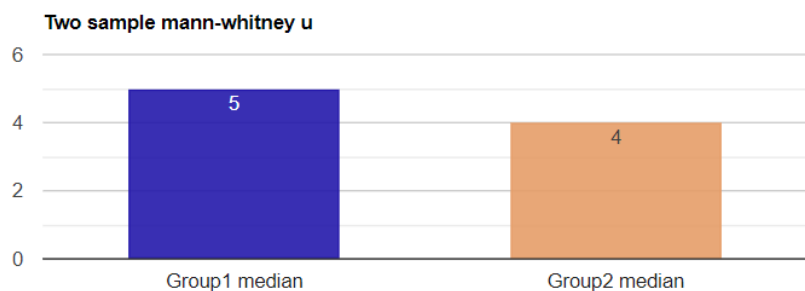
V rámci účinností prezentovaných analýz považujeme platnosť hypotézy: Predpokladáme, že existujú štatisticky významné súvislosti pri posúdení aspektov subjektívnej pohody u žiakov experimentálnej a kontrolnej skupiny“ za **nepotvrdenú**.

Vyššie prezentované štatistické ukazovatele preukázali, že medzi výsledkami experimentálnej a kontrolnej skupiny existuje signifikantný rozdiel vo vnímaní subjektívnej pohody žiakov stredných škôl.

Štatistické ukazovatele taktiež preukázali významné štatistické rozdiely vo vnímaní subjektívnej pohody medzi dievčatami experimentálnej a kontrolnej skupiny. Dievčatá experimentálnej skupiny vnímajú oveľa priaznivejšie svoju subjektívnu pohodu ako dievčatá kontrolnej skupiny (Graf 2). Tieto zistenia dokazujú i dáta prezentované na základe aritmetických priemerov v rámci jednotlivých položiek dotazníka. Predpokladáme, že i nami realizovaný zážitkový program prispel svojimi aktivitami zameranými na utváranie vlastného pozitívneho obrazu, prijatia sa takého aký som, aktivít na hľadanie efektívnych riešení. Vytvoril sa tak potenciál na pozitívne vnímanie. Emočne naladené

dievčatá sú vonkajším vplyvom ľahšie ovplyvniteľní i v tak závažných postojoch ako je pozitívny pohľad na život.

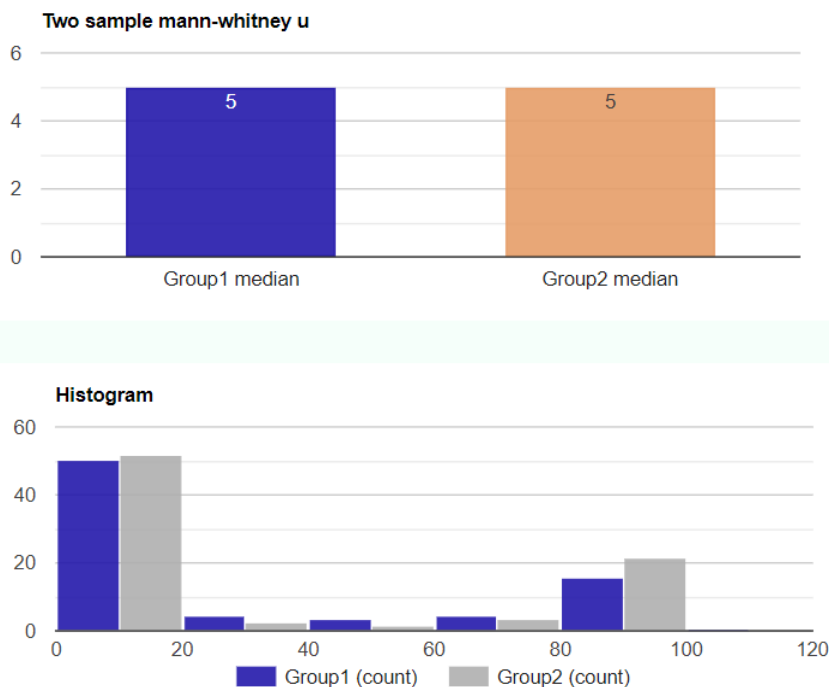
Graf 2: Mann Whitney U (Wilcoxon rank-sum) testovanie aspektov subjektívnej pohody mládeže v triedach u dievčat experimentálnej skupiny a kontrolnej skupiny



Zdroj: *vlastné spracovanie*

Štatistické ukazovatele však nepotvrdili štatisticky významný rozdiel medzi skupinou respondentov chlapci kontrolná skupina a skupinou respondentov chlapci experimentálna skupina (graf 3). Z toho jasne vyplýva, že hodnotenie subjektívnej pohody v skupine chlapcov experimentálnej a kontrolnej skupiny je vnímané inak ako u dievčat. Predpokladáme, že je to dôsledok pomerne pevne ukotvených cieľov v živote chlapcov. Zväčša sú skôr rozhodnutí, čo chcú v živote dosiahnuť a kam sa chcú dostať. Nie sú preto natoľko emočne ovplyvniteľní a viac rešpektujú svoje pôvodné rozhodnutia.

Graf 3: Mann Whitney U (Wilcoxon rank-sum) testovanie aspektov subjektívnej pohody mládeže v triedach u chlapcov experimentálnej skupiny a kontrolnej skupiny



Zdroj: vlastné spracovanie

Toto tvrdenie podporili i výsledky prezentované na základe jednotlivých položiek dotazníka. Domnievame sa, že i dopad nami navrhnutého zážitkového programu na elimináciu šikanovania v školskom prostredí má na získané výsledky vplyv. V našej skupine respondentov ho preto môžeme považovať nie len za efektívny nástroj proti šikanovaniu, ale i nástroj na osobnostný a sociálny rozvoj. Výsledkom jeho realizácie je teda okrem eliminácie šikanovania v experimentálnych triedach, ale i vplyv na zvýšenie subjektívnej pohody mládeže.

Záver

Šikanovanie je jav, ktorý je celospoločenským problémom a spôsoby riešenia a prevencie prechádzajú postupným vývinom a zmenami. Ich dopad má vplyv na celkovú životnú spokojnosť jednotlivcov a jej subjektívne vnímanie. Na základe vyššie prezentovaných štatistických údajov konštatujeme, že existujú štatisticky významné rozdiely v hodnotení subjektívnej spokojnosti

medzi žiakmi v kontrolnej a experimentálnej skupine medzi chlapcami. Na základe nami vyhodnoteným výskumom v oblasti je zreteľné, že dievčatá experimentálnej triedy hodnotia subjektívnu pohodu výrazne pozitívnejšie. Predpokladáme, že zážitkový preventívny program na elimináciu šikanovania mal na skupinu dievčat experimentálnej skupiny väčší vplyv ako na chlapcov. Predpokladáme, že tento jav vznikol z väčšej impulzivnosti chlapcov a snahy riešiť konfliktné situácie priamo a okamžite bez predchádzajúceho uváženia. Dievčatá skôr svoje konanie zvažia. Chlapci experimentálnej skupiny sa vďaka tomuto programu naučili zvažiť svoje konanie. V programe bolo viac aktivít, ktoré smerovali práve k rozvahe a kritickému mysleniu.

Bibliografia

- Barnová, S. a kol. (2018). *Školská pedagogika*. Dubnica nad Váhom: VŠ DTI, 2018. ISBN 978-80-89400-57-7.
- Biziková, E. (2023). Šikanovanie v školskom prostredí – podceňovanie jeho prevencie a riešenia môže byť nebezpečné. [online]. [cit. 2023.01.10]. Dostupné na internete: [https://hargasova.webnode.sk/news/sikanovanie-v-skolskom-prostredi-podcenovanie-jeho-prevencie-a-riesenia-moze-byt-nebezpecne-/](https://hargasova.webnode.sk/news/sikanovanie-v-skolskom-prostredi-podcenovanie-jeho-prevencie-a-riesenia-moze-byt-nebezpecne/)
- Čubriková, J. (2022). Vplyv spolupráce rodiny a školy na minimalizáciu šikanovania žiakov stredných škôl. Dizertačná práca. Dubnica nad Váhom: VŠ DTI, 2022.
- Džuka, J. (1993). Faktorová analýza modifikovanej verzie Bernského dotazníka subjektívnej pohody (BDP). In *Československá psychologie*, 1993, XXXIX(6), 512 – 522.
- Gordon, S. (2019). The Different Types of Bullying Parents Should Watch For. [online]. [cit.2023.01.10]. Dostupné na internete: <https://www.verywellfamily.com/types-of-bullying-parents-should-know-about-4153882>
- Grob, A. et al. (1991). Berner Fragebogen zum Wohlbefinden Jugendlicher (BFW). In *Diagnostica*, 37, 1, 66 – 75.
- Health Behavior in School - Aged Children Study. 2020. Spotlight on adolescent health and well-being.
- Lenygyel, P. (2019). Šikanovanie a ochrana pred rovesníckym násilím. In *Manažment školy v praxi*. 2019, 2(1), 1 – 4.
- Sandoval, A. et al. (2014). Šikana v detsťví jako predisponující faktor pro psychické problémy v dospělosti. In *Česká a slovenská psychiatrie*. 2014, 110 (6), 317 – 325.
- Vagnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Praha: Univerzita Karlova v Prahe. ISBN 978-80-246-2153-1.
- Wolke, D., Lereya, S. T. (2015). Long-term effects of bullying. In *Archives of Disease in Childhood*. 2015, 100(9), 879-885. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2014-306667>

Doc. PaedDr. Zuzana Geršicová, PhD.

Katedra školskej pedagogiky a psychológie, Vysoká škola DTI
Sládkovičova 533/20, Dubnica nad Váhom
gersicova@dti.sk

PaedDr. Martina Masáriková

Katedra školskej pedagogiky a psychológie, Vysoká škola DTI
Sládkovičova 533/20, Dubnica nad Váhom
masarikova@dti.sk

Mgr. Beáta Mačová

Katedra školskej pedagogiky a psychológie, Vysoká škola DTI
Sládkovičova 533/20, Dubnica nad Váhom
macova@dti.sk

Doc. PhDr. PaedDr. Gabriela Gabrhelová, PhD., DBA, LL.M

Katedra didaktiky odborných predmetov, Vysoká škola DTI
Sládkovičova 533/20, Dubnica nad Váhom
gabhelova@dti.sk