



Bezpečně na vysoké škole

Příručka Studentské komory Rady vysokých škol



**Studentská komora
Rady vysokých škol**

Úvod

Bezpečné a respektující prostředí je předpokladem kvalitního vzdělávání i života na vysoké škole. Přesto se studující mohou setkávat s různými formami nevhodného chování – od diskriminace a šikany až po sexuální obtěžování či drink spiking na společenských akcích. Příručka Bezpečně na vysoké škole, vytvořená Studentskou komorou Rady vysokých škol (SK RVŠ), vznikla jako praktický průvodce, jehož cílem je zvýšit povědomí o těchto jevech, posílit prevenci a nabídnout jasné informace o tom, kde hledat podporu.

Příručka se věnuje klíčovým oblastem sociálního bezpečí na vysokých školách – systému sociálního bezpečí, roli ombudsovy, podpoře LGBTQ+ osob, problematice sexuálního obtěžování či fenoménu drink spikingu. Cílem příručky není pouze popisovat jednotlivé problémy, ale také podporovat otevřenou komunikaci a posilovat kulturu vzájemného respektu, rovného přístupu a důvěry, které jsou nezbytné pro fungující akademické prostředí. Každá vysoká škola je povinna vytvářet bezpečné podmínky pro studium a poskytovat dostupná kontaktní místa či jiné formy podpory, kam se mohou studující kdykoliv obrátit.

System sociálního bezpečí

Nežádoucí jevy jako šikana, diskriminace, zastrašování, agrese nebo sexuální obtěžování jsou na sociálně bezpečné vysoké škole nepřijatelné, bez ohledu na to, zda se týkají studujících nebo pracujících.

Sociální bezpečí je definováno jako **ideální stav prostředí**, v němž je chování všech studujících i pracujících na vysoké škole vedeno principy:

- koležičtství
- rovnosti
- respektu
- otevřenosti
- integrity
- pozornosti k ostatním

Cíle systému sociálního bezpečí

1. Prevence nežádoucího chování

- Sebevzdělávání a vzdělávací akce o akademické etice, typických situacích a možnostech řešení (workshopy, semináře apod.).

2. Podpora rovného přístupu

- Využívání genderově neutrálního nebo senzitivního jazyka (např. prostřednictvím školení o genderové rovnosti či proti diskriminaci).

3. Zajištění důvěry a otevřenosti

- Každý má právo na bezpečné vyjádření svého názoru a respekt k osobním postojům a hodnotám, i když se nemusí shodovat s názory ostatních.

4. Zvýšení kvality výuky a výzkumu

- Kvalitní a bezpečné prostředí podporuje výuku i výzkum – pokud je sociální bezpečí narušeno, může to vést k odchodu talentovaných osob, ztrátě reputace, poklesu spolupráce a k riziku neetického chování (např. plagiátorství či manipulace s daty).

Co pro systém sociálního bezpečí mohou dělat vysoké školy?

- Vytvářet jasné strategie pro podporu sociálního bezpečí.
- Zajišťovat odpovídající školení pro studující i pracující.
- Zavést účinné postupy pro hlášení a řešení nežádoucích událostí a nevhodného chování.
- Pravidelně monitorovat a vyhodnocovat stav sociálního bezpečí.

Podle novely vysokoškolského zákona z roku 2025 (§ 21 a § 42 zákona č. 111/1998 Sb.) jsou veřejné i soukromé vysoké školy povinny zřídit kontaktní místo, které poskytuje informace o rovných příležitostech ke studiu, předcházení diskriminace a zajištění bezpečného prostředí. Údaj o tomto místě musí být zveřejněn na webu školy.

*Na některých vysokých školách tuto funkci plní **ombudsovna**.*

Ombudsosoba

Ombudsosoba na vysoké škole je nezávislým zástupcem, který pomáhá řešit případy nevhodného chování, diskriminace, šikany, bossingu či sexuálního obtěžování v akademickém prostředí. Jejím úkolem je chránit práva jednotlivce, podporovat otevřenou komunikaci a přispívat k wellbeingu ve školním prostředí.

Role, které ombudsosoba zastává, jsou následující:

- **Poradce/poradkyně** – poskytuje poradenství v oblasti nevhodného chování, diskriminace a dalších nežádoucích jevů.
- **Mediátor/mediátorka** – pomáhá nalézt řešení konfliktů mezi studujícími, pracujícími a vedením fakulty nebo vysoké školy.
- **Preventista/preventistka** – identifikuje rizikové chování a navrhuje opatření k jeho eliminaci. Podílí se na vzdělávání akademické obce v oblasti sociálního bezpečí.
- **Zprostředkovatel/zprostředkovatelka** – komunikuje s různými osobami napříč vysokou školou, upozorňuje na nečinnost nebo systémové problémy.
- **Iniciátor/iniciátorka změn** – předkládá návrhy úprav vnitřních předpisů, postupů nebo vzdělávacích aktivit.

Proč je ombudsosoba důležitá?

- Pomáhá upozornit na problémy, které by jinak zůstaly neřešené.
- Poskytuje bezpečný prostor pro sdílení zkušeností a podnětů.
- Přispívá k budování důvěry mezi osobami působícími na vysokých školách.
- Podporuje rovné příležitosti a respektující prostředí.

Školská ombuds platforma (ŠOP)

Školská ombuds platforma sdružuje a zastupuje ombudsosoby na českých vysokých školách. Jedná se o nezávislou, nepolitickou a neziskovou organizaci, která vznikla jako zapsaný spolek v roce 2023.

Co ŠOP nabízí?

- **Kolokvia a fokusní skupiny** – slouží jako prostor pro ombudsosoby k diskusi o řešení stížností, etice, mediaci a spolupráci s dalšími subjekty na vysokých školách.
- **Spolupráce s odborníky** – např. z Konsentu, SPONDEA, SYRI nebo Akademie věd ČR.
- **Nabízí podklady pro etické kodexy a vnitřní předpisy škol** – pomáhá zavádět funkci ombudsosoby systematicky a s odbornou podporou, zlepšovat kulturu komunikace a řešení konfliktů, zvyšovat důvěru studujících a pracujících v institucionální ochranu, napojit se na evropské iniciativy jako UNISAFE nebo ENOHE.
- **Vzdělávací aktivity** pro studující i pracující na vysokých školách.

LGBTQ+ osoby na vysoké škole

Podpora LGBTQ+ studujících a zaměstnaných je součástí systému sociálního bezpečí, který chrání před diskriminací, narázkami a šikanou. Univerzity mohou přispět prevencí, vzděláváním, propagací podpůrných služeb a jasnými postupy při řešení diskriminace.

České VŠ prostředí a LGBTQ+

V České republice působí řada organizací a univerzitních iniciativ, které podporují bezpečné a inkluzivní prostředí pro LGBTQ+ osoby. Organizace jako Prague Pride, Nora nebo Queer Geography nabízejí metodiky, workshopy a vzdělávací programy využitelné i pro vysoké školy. Tématu se věnují například Univerzita Karlova (spolek Charlie, Gender Equality Plan), Západočeská univerzita v Plzni, ČVUT (klub Galibi), Masarykova univerzita (Queer MUNI) či Univerzita Hradec Králové (spolek Qčko). V roce 2025 vznikla také pracovní skupina LGBTQ+ při Asociaci vysokoškolských poradenských center, která usiluje o jednotný rámec pro „LGBTQ+ friendly“ prostředí na českých vysokých školách.

S čím se např. můžeš setkat:

- **Slovní útoky a urážky** – „vtipy“, narážky, přezdívky
- **Nerespektování identity** – používání nesprávného jména nebo zájmen, zpochybňování coming outu
- **Vylučování z kolektivu** – odmítání spolupráce, posměch, nepozvání na akce
- **Necitlivý přístup vyučujících** – bagatelizace, přehlížení problému, zesměšňování
- **Byrokratické překážky** – potíže při změně jména nebo údajů ve školních systémech

Co je důležité vědět:

- **Pamatuj** – tvoje identita je platná a zaslouží si respekt.
- **Není to v pořádku** – a není to tvoje vina.
- **Máš právo** na respekt, bezpečí a důstojnost.
- **Nejsi v tom sám/sama**. Existují lidé a místa, kde najdeš podporu.

Role spojenců (allies)

Bezpečné prostředí netvoří jen ti, kdo čelí diskriminaci, ale i jejich spojenci – spolužáci a spolužačky, vyučující, zaměstnanci a zaměstnankyně. Každý může přispět k tomu, aby univerzita byla místem, kde se **každý cítí respektován**.

Jak být dobrým spojencem:

- Používej **správná** jména a zájmena.
- **Zasáhni**, když jsi svědkem narážek nebo posměchu.
- **Šiř informace** o možnostech podpory.
- **Naslouchej** – i když zkušenost druhého neznáš.
- **Vytvářej** kolem sebe přátelské a bezpečné prostředí.

Co můžeš dělat, pokud se tě diskriminace týká

1. Okamžitá reakce

- Pokus se **zůstat v klidu** – tvé bezpečí je na prvním místě.
- **Dej najevo**, že takové chování není v pořádku („Tohle není v pořádku.“).
- **Nenechávej si to pro sebe** – vyhledej podporu u spolužáků, přátel nebo zaměstnanců univerzity.

2. Uvědomění situace

- **Zapiš si**, co se stalo – kdy, kde a kdo byl přítomen.
- **Ulož důkazy** (zprávy, e-maily, screenshoty).
- **Připomeň si**: nenešeš odpovědnost za nevhodné chování jiné osoby.

3. Sdílení a oznámení

- **Promluv si s někým**, komu důvěřuješ – kamarád, peer poradce, ombudsosoba, poradenské centrum.
- **Pokud situace eskaluje** nebo nejsi schopen ji vhodným způsobem vyřešit sám/sama, **kontaktuj vedení univerzity**; v případě výhrůžek či násilí Policii ČR.
- Vyhledej **psychologickou podporu** – můžeš mluvit anonymně.
- **Sdílení snižuje riziko dalšího ubližování – pomáháš sobě i ostatním.**

Kde hledat podporu:

Na univerzitě

- **Ombudsosoba/poradenské centrum** – důvěrná pomoc a poradenství
- **Univerzitní psycholog/psycholožka** – krizová i dlouhodobá podpora

Mimo univerzitu

- **Prague Pride** – poradna sbarvouen.cz
 - www.sbarvouen.cz
- **Transparent** – podpora trans a nebinárních osob
 - www.jsmettransparent.cz

Telefonické linky pomoci

- **Linka první psychické pomoci** – 116 123 (nonstop, zdarma)
- **Linka bezpečí** – 116 111 (nonstop, zdarma)
 - Chat: www.linkabezpeci.cz/chat
 - E-mail: pomoc@linkabezpeci.cz
- **Bílý kruh bezpečí** – 116 006 (podpora obětí kriminality a domácího násilí)
 - www.bkb.cz

Sexuální obtěžování (sexual harrasment)

Nikdy takové chování nepřehlížej. Pokud jsi to právě ty, koho se obtěžování týká, máš několik možností, jak se bránit. Postupuj bezprostředně. Jsi v těžké situaci a pomůžeme ti se v ní zorientovat.

S jakou formou obtěžování se např. můžeš setkat?

- **Slovní** (nevhodné komentáře, narážky, vtipy, vyžadování informací o intimním životě)
- **Fyzické** (nežádoucí dotyky, objímání, blokování v prostoru)
- **Neverbální** (pohledy, gesta, posílání obrázků a zpráv s erotickým obsahem)

Stal/a ses obětí sexuálního obtěžování?

Co se právě stalo? Možná si tuhle otázku kladeš i ty – a není vůbec snadné si na ni odpovědět. Můžeš být zmatený/zmatená, nerozumět pocitům, které se v tobě střídají, cítit se v ohrožení a nevědět co dál. Tak se cítí většina lidí v podobné situaci. Tělo i mysl často reagují tak, že „zamrznou“ – a to je zcela přirozená reakce.

Až budeš mít sílu, zkus si v klidu promyslet, co se stalo. Pomůže ti, když si své pocity i průběh situace sepišeš: co přesně se odehrálo, kdo byl přítomen, co kdo řekl nebo udělal. Pokud máš zprávy či jiné důkazy, ulož si je. Pamatuj na to nejdůležitější – **to, co se stalo, není tvoje chyba**. Neudělal/a jsi nic, co by mohlo obtěžování ospravedlnit.

Nejsi na to sám/sama. Jsou lidé, kteří ti chtějí pomoci. Aby se věci mohly pohnout kupředu, musí se ale někde začít – a ten první krok můžeš udělat právě ty. **Promluv si s někým blízkým** – kamarádem, partnerem, rodinou. Sdílet to poprvé bývá nejtěžší, ale s každým dalším rozhovorem to bývá o něco snazší.

Neboj se vyhledat pomoc i ve škole – třeba na vyučujícího, ombudsovenu nebo kohokoli, komu důvěřuješ. Mohou ti pomoci najít řešení, například změnit vyučujícího či skupinu. Škola je na takové situace připravena a má povinnost reagovat.

Pokud je situace závažná nebo se cítíš v ohrožení, měl by ses obrátit i na **Policii ČR**. Policie má odborníky, kteří se podobnými případy zabývají citlivě a diskrétně. Máš právo na psychologickou podporu – jak ze strany policie, tak školy. V těžké situaci ti může pomoci i právník, který dohlédne na férový postup (např. můžeš požádat o oddělený výslech, pokud je vyslýcháno více obětí).

Strach z reakce pachatele nebo zhoršení situace je přirozený. Nenech se jím ale odradit. Obrátit se můžeš i na **Linku bezpečí, Bílý kruh bezpečí** nebo jiné podpůrné služby. A i když se to možná nezdá, spolužáci či přátelé bývají často oporou – mohou tě doprovodit, být s tebou nebo jen naslouchat. Pro větší pocit bezpečí můžeš zvážit i praktická opatření, například pepřový sprej.

Nejdůležitější poselství je jednoduché: **aby se věci změnily, musí se začít řešit**. Najdi odvahu, udělej první krok a zůstaň sám/sama sebou. **Není to tvoje vina**. Některé věci se dějí mimo naši kontrolu – ale ty na ně můžeš reagovat. A s pomocí druhých to zvládneš.

Zásady, na které nezapomeň:

- **Nemůžeš za to, co se ti přihodilo.**
- **Nikdy nejsi sám/sama** – vždy je někdo, kdo ti pomůže.
- **Zaznamenávej, co se stalo** – chrání to tebe, ne obtěžujícího.
- Mysli na **svou bezpečnost**, to je nejvyšší prioritou.
- **Bránit se můžeš různými způsoby** – verbálně, odchodem, nebo sdílení s druhými.
- **Pomoc existuje** a má ji smysl hledat.

Plán, jak se bránit:

1. Okamžitá reakce

- Pokud je to **bezpečné**, jasně řekni: „Ne, přestaň, tohle nechci.“
- Pokud to **bezpečné není**, snaž se odejít.
- **Nezůstávej s obtěžující/m sám/sama.**

2. Uvědomění situace

- **Zkus** si na celou situaci **vzpomenout**. Identifikuj svoje pocity. Nehledej vinu v sobě, některé věci nemůže člověk ovlivnit.
- **Ulož** zprávy, e-maily, fotky.
- Zapisuj si **datum, čas, místo a svědky** událostí. Pokud existují svědkové události, zkus je vyhledat.

3. Sdílení

- Řekni o tom **důvěryhodné osobě** (např. kamarád, rodič, přítel/přítelkyně sourozenec).
- **Nenechávej si to pro sebe – sdílení snižuje riziko dalšího obtěžování!** Nechráníš jen sebe, ale také ostatní. Tvé sdílení může být pro ostatní impulsem, aby i oni začali řešit svou situaci.

4. Oznámení

- **Oznam** vše blízkému učiteli, vedení školy nebo školnímu ombudsmanovi (pokud u tebe na škole existuje).
- Pokud je obtěžujícím vyučující nebo jiná osoba ve vedoucí pozici, obrať se přímo na vedení školy nebo na příslušnou inspekci.
- V závažných případech kontaktuj **Policii ČR**.

5. Podpůrné zdroje

- Školní nebo policejní **psycholog**
- **Právník**
- **Linka bezpečí** – 116 111 (nonstop, zdarma)
- **Bílý kruh bezpečí** – pomoc obětem trestných činů

6. Péče o sebe

- **Mluv o svém problému**, nenechávej si to uvnitř sám/sama pro sebe.
- **Pamatuj: není to tvoje vina.**

Drink spiking – skrytá hrozba společenských akcí

Drink spiking (úmyslné vhození omamné nebo jinak působící látky do cizího nápoje bez vědomí jeho majitele či majitelky), představuje závažný a bohužel stále častější problém, který se může týkat kohokoli. K takovým situacím často dochází na večířích, ve studentských klubech či barech, kde je pozornost lidí přirozeně uvolněnější. Motivem může být snaha obět okrást, sexuálně zneužít nebo ji vystavit jiné formě nebezpečí. Drink spiking se může týkat kohokoli, nezávisle na pohlaví či chování.

Jak předcházet drink spikingu

- **Nenechávej nápoj bez dozoru.** Pokud odcházíš od stolu nebo od baru, vezmi si drink s sebou nebo si objednej nový po návratu.
- **Nepřijímej otevřené nápoje od neznámých osob.** Pokud ti někdo nabízí drink, nech si ho připravit přímo před sebou.
- **Používej ochranné pomůcky.** Existují speciální pokličky nebo nálepky, které brání nepozorovanému vhození látky a lze je připevnit na sklenici.
- **Dávej pozor i na své přátele.** Sleduj, jestli se někdo z tvého okolí nezačne chovat neobvykle.

Jak postupovat při podezření

Pokud se domníváš, že byla tobě nebo někomu jinému látka podána:

- **Informuj osoby ve svém okolí** – přátele, spolužáky, personál podniku či organizátory akce.
- **Vyhledej lékařskou pomoc co nejdříve.** Včasné vyšetření může odhalit přítomnost látky a je důležité i pro další řešení situace.
- **Zvaž kontaktování policie.** Drink spiking je trestný čin a je vhodné ho oznámit i v případě podezření.
- **Zajisti bezpečí.** Nenechávej dotyčného/dotyčnou o samotě. Podané látky mohou způsobit rychlou ztrátu vědomí či schopnosti reagovat.

Kde hledat podporu

Pokud se s drink spikingem setkáš, nejsi na to sám/sama. Kromě policie můžeš využít pomoc a podporu několika organizací a linek:

- **Beat Sexism** – organizace zaměřená na prevenci sexuálního násilí a osvětu v prostředí nočního života a studentských akcí
 - www.beatsexism.com/our-projects/drink-spiking-campaign
- **Bílý kruh bezpečí** (tel. 116 006, nonstop) – bezplatná a anonymní pomoc obětem trestných činů
- **Linka první psychické pomoci** (tel. 116 123, nonstop, zdarma) – krizová podpora pro kohokoli v ohrožení
- **Zdravotnická záchranná služba** (tel. 155) – v případě akutního ohrožení zdraví

Pomoc mohou poskytnout také univerzitní poradenská centra, psychologické služby či studentské ombudsmanské kanceláře na jednotlivých vysokých školách.

Nezapomeň prosím vyplnit následující dotazník:

Dotazník (cca 5 minut, anonymní)

<https://forms.gle/qnC6K9iUEg3DeXeE6>



Závěr příručky

Vysoká škola je místem vzdělávání, osobního růstu i komunitního života. Aby tyto oblasti mohly fungovat kvalitně, je nezbytné, aby se všichni studující i pracující pohybovali v prostředí, které je bezpečné, respektující a podporující. Tato příručka nabízí přehled vybraných témat souvisejících se sociálním bezpečím na vysokých školách – nejde však o výčet všech situací, které mohou nastat. Každá vysoká škola i studentská komunita může čelit rozdílným výzvám, společným základem však zůstává právo každého studujícího na důstojné a bezpečné podmínky ke studiu.

Součástí těchto podmínek je dostupná a důvěryhodná pomoc. Studující se mohou v případě ohrožení, diskriminace či jiného nevhodného chování obrátit zejména na: kontaktní místo vlastní vysoké školy, ombudsovou osobu či univerzitní poradenská/psychologická centra.

V naléhavých situacích je možné využít také celostátní linky a složky pomoci, například Bílý kruh bezpečí (116 006), Linku první psychické pomoci (116 123), zdravotnickou záchrannou službu (155) nebo Policii ČR (158).

Příručka má sloužit jako orientační a podpůrný materiál, který usnadní porozumění tématům sociálního bezpečí a pomůže rychle najít vhodnou pomoc či kontakt. Věříme, že může přispět k tomu, aby se vysoké školy staly místem, kde se studující mohou naplno soustředit na své vzdělávání i osobní rozvoj. Studentská komora Rady vysokých škol bude i nadále stát na straně studujících a podporovat podmínky, které kvalitní a férové akademické prostředí rozvíjejí.

Zajímá vás více?

 **Studentská komora Rady vysokých škol**

 **@skrvs.cz**

 **www.skrvs.cz**