

Jak zvládnout kyberšikanu?

Doplňkový výukový modul k metodice Knowhow
pro mladé surfaře

Materiály pro výuku

Vydavatel: Online Safety Institute, z.s.p.o., Svornosti 30, 150 00 Praha 5, IČO: 75098679, www.osi.cz

Přeloženo a upraveno z německého originálu organizace Klicksafe.de (www.klicksafe.de)

Autoři: Marco Fileccia, Tim Kirchner, Birgit Kimmel, Gabriele Lonz, Stefanie Rack, Gudrun Melzer, Miriam Brehm, Bettina Kopf.

Nekomerční rozmnožování a rozšiřování je výslovně povoleno s uvedením zdroje českého vydavatele a organizace Klicksafe.de a webové stránky www.klicksafe.de

Dílo je chráněno licencí:

„Creative Commons Attribution – Noncommercial – No Derivate Works 3.0 Unported Licence“

Přehled výukového modulu

Informační základ

1.	Kyberšikana – co to je?	4
1.1	Čím je kyberšikana nová?	4
1.2	Rozšíření problému v České republice	5
1.3	Zneužití nových technologií k šikanování	7
2.	Kyberšikana ve škole	9
2.1	Problematika	9
2.2	Kyberšikana mezi žáky	9
2.3	Principy kyberšikany	9
2.3	Příčiny a spouštěče kyberšikany	9
3.	Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?	12
3.1	Prevence: jak kyberšikaně aktivně předcházet?	12
3.1.1	Co může dělat škola?	12
3.1.2	Co mohou dělat učitelé?	13
3.2	Rozpoznání: jak si kyberšikany včas všimnout?	13
3.3	Řešení: Co dělat, když se objeví případ kyberšikany?	14
4.	Co může dělat oběť kyberšikany?	16
4.1	Co dělat, když jsou oběťmi kyberšikany učitelé?	17
5.	Co říkají zákony?	19
6.	Jak se obrátit na poskytovatele služby?	20
7.	Kde hledat pomoc?	22
8.	Odkazy a další zdroje informací	23

Přehled pracovních listů **25**

Metodicko-didaktické pokyny **26**

Pracovní listy (1-6) **28**

Jak zvládnout kyberšikanu?

1. Kyberšikana – co to je?

2. Kyberšikana ve škole
3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?
4. Co může dělat oběť kyberšikany?

5. Co říkají zákony?

6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?
 7. Kde hledat pomoc?
 8. Odkazy a další zdroje informací
-

Informační základ

1. Kyberšikana – co to je?

Pojem kyberšikana (někdy se používají i cizí výrazy kyber-mobbing, e-mobbing apod.) představuje úmyslné urážky, vyhrožování, zesměšňování nebo obtěžování druhých prostřednictvím moderních komunikačních prostředků většinou v delším časovém období. Kyberšikana se odehrává na Internetu (např. prostřednictvím e-mailů, chatovacích aplikací jako je ICQ, v sociálních sítích, na videích umístěných na internetových portálech) nebo prostřednictvím mobilního telefonu (např. SMS zprávami nebo nepříjemnými telefonáty). Pachatel často jedná anonymně, takže oběť netuší, od koho útoky pochází.

Právě v případech kyberšikany mezi dětmi a dospívajícími se většina obětí a pachatelů navzájem zná i v „reálném“ světě. Téměř vždy mají oběti podezření, kdo by se mohl za útoky skrývat. Kyberšikanu většinou páchají lidé z okolí oběti: ze školy, ze čtvrti, ze stejné vesnice nebo např. etnické komunity. Případy kyberšikany mezi zcela neznámými lidmi nejsou příliš časté. Naopak u tzv. kybergroomingu, úmyslného navazování sexuálních kontaktů s nezletilými po Internetu, jsou pachatelé většinou cizí starší muži. Při komunikaci s dětmi a dospívajícími v chatu nebo v sociálních sítích se vydávají za je-

jich vrstevníky a snaží se získat jejich důvěru. Cílem takového jednání je většinou setkání v „reálném“ světě a zneužití nezletilých dětí.

1.1 Čím je kyberšikana nová?

Šikana jako taková není nový jev, kyberšikana se ale od „přímé“ šikany liší v několika bodech:

- **Časově neomezený zásah do soukromí.** Kyberšikana nekončí po škole nebo po práci. Pachatelé kyberšikany mohou útočit kdykoliv přes Internet nebo prostřednictvím mobilu, a tak je oběť pronásledovaná i doma. Čtyři stěny vlastního pokoje oběť před útoky kyberšikany nechrání; jediné v případě, že by vůbec nepoužívala žádná nová média.
- **Publikum je nesmírně široké a obsah se šíří velmi rychle.** Elektronicky rozesílané zprávy nebo obrázky, které jsou online, nelze spolehlivě kontrolovat. Např. filmy nebo fotografie je možné jednoduše kopírovat z jednoho internetového portálu na jiný. Proto bývá rozsah kyberšikany mnohem větší, než u „přímé“ šikany. Obsah, na který se už dávno zapomnělo, se může kdykoliv znovu objevit na veřejnosti a pro oběť je tak i po letech mnohem obtížnější celou nepříjemnou záležitost překonat.

- **Pachatelé kyberšikany mohou útočit anonymně.** Oběť často neví, kdo na ni vlastně útočí a žije proto ve strachu a nejistotě. „Kyberpachatel“ se oběti přímo neukáže, ale může působit anonymně a to mu dává (i když mylný) pocit bezpečí a často i velkou vytrvalost.
- **Identita pachatele a oběti.** Ke kybernetické šikaně může docházet jak mezi vrstevníky (např. mezi kamarády nebo spolužáky) tak mezi rozdílnými generacemi (např. mezi žáky a učiteli). Věk nebo vzhled přitom nehrají žádnou roli. Pachatel kyberšikany si totiž může vybudovat novou elektronickou identitu, která se ale často velmi liší od té skutečné.
- **Některé případy kyberšikany jsou neúmyslné.** Stává se, že se někdo stane pachatelem kyberšikany neúmyslně: nedomyslí důsledky svého jednání, unáhleně zveřejní fotky, urazí někoho nebo si neuvědomí, co může pro druhého znamenat nemístná vtip. Protože pachatel takových činů nevidí reakci oběti, často ani nezjistí, co svými zraňujícími slovy nebo fotkami způsobil.

1.2 Rozšíření problému v České republice

Přestože zatím neexistují jasně doložená čísla, je zřejmé, že kyberšikana se stává i v České republice palčivým tématem. Negativní trend se z Velké Británie rozšířil až k českým dospívajícím. Není to nic překvapujícího, protože život dospívajících je dnes stále více spojen s informačními technologiemi. Přátelství a dokonce partnerské vztahy se dnes zcela přirozeně navazují a pěstují na síti a přes mobilní telefon, budování a udržování kon-

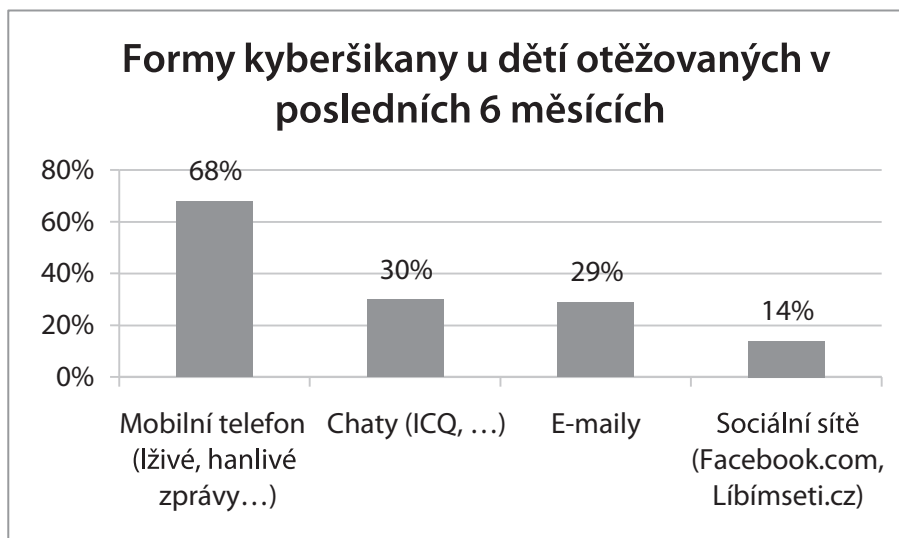
taktů je nejčastější aktivitou online (potvrdil to výzkum chování dětí na Internetu provedený v roce 2009 Národním centrem bezpečnějšího internetu Saferinternet Cz). Velkou část volného času mladí lidé tráví správou profilů, představováním své osoby a surfováním v různých sociálních sítích (např. Facebook.com, Lidé.cz nebo Spolužáci.cz). Na síti se odehrává řada běžných životních situací a tak se tam čím dál víc objevují i společensky nežádoucí jevy, jako je cílené vyčleňování, zesměšňování a urážky.

V průzkumu, který v roce 2009 provedla Nadace O2 a občanské sdružení Aisis, se ukázalo, že v České republice se za šest měsíců roku stalo 10% dětí obětí kyberšikany. Na to reaguje i společnost – o případech kyberšikany se stále více mluví v médiích, kyberšikana cílená na učitele se stává tématem odborných konferencí a vznikají webové stránky zaměřené na potlačení tohoto jevu. Celkově lze hovořit o mobilizaci sil a rozšíření kyberšikany mezi žáky už se zjevně nepovažuje za zanedbatelný problém!

Několik čísel a údajů:

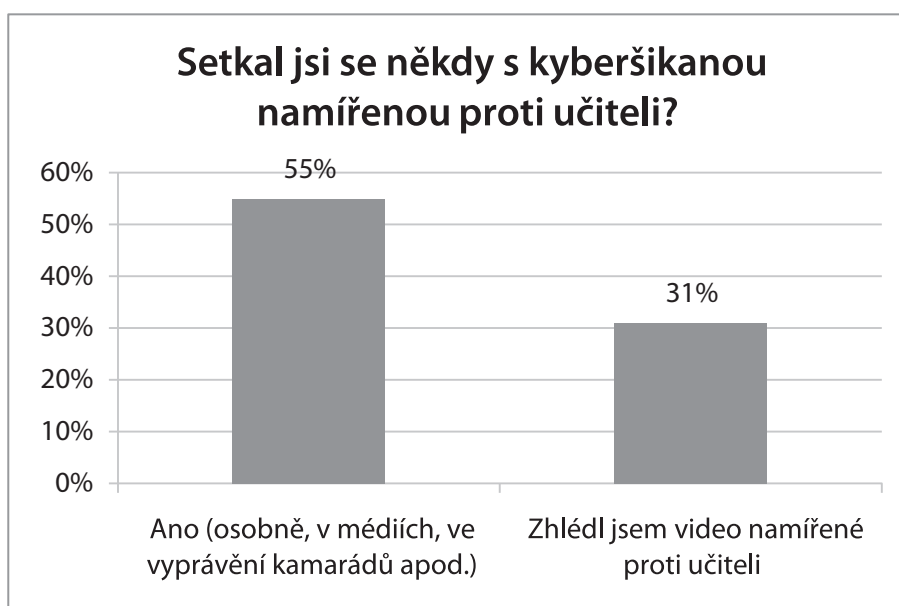
Výzkum Nadace O2 a občanského sdružení Aisis ukázal velkou neznalost problematiky mezi dětmi: 60% dětí vůbec neví, co to kyberšikana je, nebo si tento pojem vykládá špatně. Proto na první otázku – byly jste v posledních 6 měsících obětí kyberšikany, odpovědělo kladně 6% dětí. Při dotazování na jednotlivé konkrétní formy obtěžování ale toto číslo vzrostlo na 10%.

Děti, které byly šikanovány, jako formu obtěžování nejčastěji uvedly SMS a MMS zprávy posílané mobilním telefonem, dále chaty, e-maily a sociálních sítě:



Výzkum také prokázal typickou vlastnost pachatelů kyberšikany: ve většině případů jde totiž o někoho z okolí oběti. Nejméně v **78%** případů byl agresorem někdo ze školy, u 51% případů kyberšikany byl pachatel dokonce spolužákem oběti. Skutečné číslo je pravděpodobně vyšší, protože v 17% případů kyberšikany se nepodařilo útočníka odhalit.

Kyberšikana bývá nezřídka namířená i proti učitelům a povědomí o takových případech se rozšiřuje i mezi dětmi:



(Zdroj: Výzkum Nadace O2 a občanského sdružení Aisis v rámci projektu Minimalizace šikany)

1.3 Zneužití nových technologií k šikanování

Tabulka níže ukazuje některé z možností, jak mohou být dnes nové technologie smysluplně využívány, ale také k čemu mohou být zneužity.

(Zdroj: Crown Copyright. S laskavým svolením organizace Childnet International.)

Technologie	Pozitivní možnosti využití	Možné zneužití
Mobilní telefony	<ul style="list-style-type: none"> komunikace prostřednictvím textu a obrazu pořizování a rozesílání fotek a videí poslouchání hudby hraní her surfování na Internetu psaní e-mailů užitečné v nouzových situacích a pro větší nezávislost dětí 	<ul style="list-style-type: none"> opakované anonymní telefonáty a posílání nepříjemných zpráv (včetně výhrůžek, zastrašování a urážek) pořizování ponižujících fotek a videí a jejich rozesílání nebo zveřejnění na Internetu (např. Happy Slapping)
Instant messengery	<ul style="list-style-type: none"> chatování s přáteli (psaní nebo telefonování) rychlá a efektivní možnost, jak být stále v kontaktu 	<ul style="list-style-type: none"> posílání nepříjemných zpráv, fotek nebo videí zneužití cizího přístupu pro rozesílání urážlivých zpráv
Chatovací fóra	<ul style="list-style-type: none"> skupina lidí z celého světa si může ve stejném čase povídat o čemkoliv, co je zajímavé dobrá možnost pro navazování nových známostí 	<ul style="list-style-type: none"> posílání sprostých nebo výhrůžných anonymních zpráv vytváření skupin, které některého z uživatelů záměrně ignorují navazování přátelství pod falešnou záminkou (pro získání osobních informací, důsledkem pak může být vydírání a pomluvy)
E-mail	<ul style="list-style-type: none"> rychlé a levné posílání elektronických dopisů, obrázků a souborů do celého světa 	<ul style="list-style-type: none"> posílání sprostých nebo výhrůžných e-mailů posílání nevyžádaného a nevhodného obsahu (včetně videí, obrázků nebo např. počítačových virů) zásah do e-mailového účtu oběti a rozeslání osobních dopisů nebo vymazání starších zpráv

Webkamera	<ul style="list-style-type: none"> ● natáčení vlastních videovzkazů ● možnost vidět na obrazovce ostatní a povídat si s nimi ● videokonference 	<ul style="list-style-type: none"> ● natáčení a posílání nevhodného obsahu ● přemlouvání nebo nucení mladých lidí k nepřiměřenému chování ● zveřejnění soukromých nahrávek bývalým partnerem po rozchodu a tím zostuzení na veřejnosti (např. na serverech s pornografickými filmy)
Sociální sítě	<ul style="list-style-type: none"> ● udržování kontaktu s přáteli a navazování nových vztahů v rámci komunity ● pro mladé lidi možnost projevit svou kreativitu, např. publikovat vlastní hudbu ● vytváření osobních profilů a stránek a vkládání vlastního obsahu 	<ul style="list-style-type: none"> ● sprosté komentáře k fotografiím nebo na zdi ● zveřejňování nevhodných videí a fotografií ● zneužití cizího přístupu k profilu v sociální síti a rozesílání nesmyslných zpráv, mazání obsahu, vkládání nevhodných fotografií apod. ● zakládání nenávistných skupin, které se zaměřují proti konkrétní osobě ● vytvoření falešného profilu někoho jiného s cílem šikanovat a ponižít ho
Videoportály	<ul style="list-style-type: none"> ● sdílení zajímavých a zábavných videí 	<ul style="list-style-type: none"> ● zveřejňování videí, která zesměšňují nebo ponižují jinou osobu ● zveřejnění soukromých videí (většinou s erotickým obsahem) bývalým partnerem po rozchodu a tím zostuzení na veřejnosti
Virtuální výuková prostředí	<ul style="list-style-type: none"> ● podpora samostatného učení ● příprava výukových materiálů, referátů a domácích úkolů 	<ul style="list-style-type: none"> ● vystavování nepatřičných vzkazů a zpráv
Herní stránky, virtuální světy (např. World of Warcraft)	<ul style="list-style-type: none"> ● během hraní mohou hráči z celého světa písemně nebo slovně komunikovat ● ve virtuálních světech mohou uživatelé vytvářet vlastní avatary – postavy, které hráče reprezentují 	<ul style="list-style-type: none"> ● zkušeni hráči vyhledávají slabé začínající hráče a opakovaně útočí na jejich postavy ● cílené vyloučení konkrétního hráče ze společných aktivit a události

1. Kyberšikana – co to je?

2. Kyberšikana ve škole

3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?

4. Co může dělat oběť kyberšikany?

5. Co říkají zákony?

6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?

7. Kde hledat pomoc?

8. Odkazy a další zdroje informací

2. Kyberšikana ve škole

2.1 Problematika

Kyberšikana v žádném případě není problém, který zůstává skryt v soukromém životě. Stále častěji se dějištěm kyberšikany stává škola a cílem veřejných útoků jsou jak žáci, tak učitelé. Ve výzkumu, který v roce 2009 provedl projekt E-Bezpečí a Centrum prevence rizikové virtuální komunikace Univerzity Palackého, se 2,3 % dětí přiznalo k tomu, že se někdy aktivně podílelo na kyberšikaně namířené proti učiteli. Přitom nezáleží na věku nebo pohlaví, profil obětí nebývá příliš schematický. Co se týče pachatelů, zhruba dvě třetiny útočníků kyberšikany tvoří chlápci. A i když existují případy kyberšikany mezi kolegy, šikanu proti učiteli mají v drtivé většině na svědomí žáci. Přesto by ale měla pozornost zůstat u toho, že většinu obětí kyberšikany tvoří žáci a že kyberšikana se odehrává především mezi vrstevníky.

Oběti většinou při prvních projevech kyberšikany prožívají vztek a nejistotu nebo mají strach. Z počátku obvykle nevědí, kdo se za obtěžováním skrývá. Pokud pachatel vyjde najevo, nemívá to pro něj žádné vážnější důsledky (jako např. trestní oznámení nebo vyloučení ze školy). Případy kyberšikany by se ale měly řešit a nemusí přitom zůstat jen u klasických prostředků, jako je rozhovor s učitel

telem nebo s vedením školy nebo běžné školní tresty. Při vyvozování důsledků z kyberšikany nelze opomenout širší souvislosti: kde jdou příčiny šikany? Jaká je na škole atmosféra? Mluví se o problémech ve třídě, existuje třídní výbor nebo nějaký kultivovaný způsob řešení podporných problémů? Které okolnosti přispěly k šikaně?

2.2 Kyberšikana mezi žáky

Kyberšikana je poměrně nový fenomén a proto zatím existuje jen několik vědeckých studií, které se problémem zabývají. Nesporné je to, že velká část života dospívajících se dnes odehrává na Internetu. Přátelství a vztahy se naprosto běžně navazují a udržují přes Internet a prostřednictvím mobilního telefonu. A právě komunikace je u českých dospívajících hlavní motivací pro používání Internetu a také jejich nejčastější aktivitou.

2.3 Principy kyberšikany

Pro lepší pochopení principů kyberšikany je dobré podívat se na to, co pachatele ke kyberšikaně vede:

- **Uvolnění:** Kyberšikana slouží jako ventil nahromaděné agrese.
- **Uznání:** Kyberšikanu pachatelé využívají k tomu, aby si získali pověst „frajerů“.
- **Posílení pocitu sounáležitosti:** Kyberšikana

se většinou odehrává ve skupině, pod heslem „v jednotě je síla“.

- **Demonstrace síly:** Kyberšikanou chce pachatel ukázat svou sílu a dát najevo, kdo má poslední slovo.
- **Strach:** Roli často hraje strach pachatele ze selhání nebo obava, že se sám stane obětí kyberšikany. Hlavně typy, které většinou jdou s proudem, nechtějí riskovat svou příslušnost ke skupině.

2.4 Příčiny a spouštěče kyberšikany

Spouštěcí impulsy a příčiny kyberšikany mohou být rozmanité. Útoky mají většinou prapůvod daleko v minulosti a jsou důsledkem narušených komunikačních dovedností a schopnosti empatie.

- **Kyberšikana je vnímaná jako normální věc:** Kyberšikana nezřídka patří k obvyklému způsobu komunikace ve skupině, je tolerovaná a zůstává bez následků. Když se svědci kyberšikany odvrátí a oběti nepomůžou, může obtěžování trvat i léta.
- **Nuda:** Kyberšikana může vzniknout z dlouhé chvíle, útočníci se například baví tím, že píšou hanlivé komentáře k fotografiím spolužáků vystaveným v sociálních sítích. Z toho se může vyvinout spor, který se postupně vyhrocuje a šíří.
- **Kulturní konflikty:** Při kyberšikaně často hraje roli i konflikty mezi dospívajícími různých národností.
- **Spory ve třídě:** Napětí, které se někdy objeví v každém třídním kolektivu, se stále častěji přesouvají na Internet popř. do mobilních telefonů. Třídnímu „otloukánkovi“ se spolužáci posmívají v sociálních sítích nebo ho obtěžují SMS zprávami.

- **Rozpad přátelství:** Vztahy mezi dospívajícími se často mění a např. mezi dříve nerozlučnými kamarády zavládne nenávist a pomstychtivost.
- **Proměna třídního kolektivu:** Třída je přeorганizována nebo přijdou noví spolužáci.
- **Zveřejnění osobních informací:** O obětech kyberšikany útočníci často zveřejňují osobní detaily nebo např. intimní fotky a videa, často i bez zlého úmyslu. Děti a dospívající si často neuvědomují, jak hodně může rozšíření takových informací ublížit a co může do budoucna vyvolat.

1. Kyberšikana – co to je?
2. Kyberšikana ve škole
- 3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?**
4. Co může dělat oběť kyberšikany?
5. Co říkají zákony?
6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?
7. Kde hledat pomoc?
8. Odkazy a další zdroje informací

3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?

Dospívající často netuší, jaké škody můžou napáchat zveřejněním fotografické montáže na Internetu nebo jaké pocity mohou vyvolat posměšné nebo výhrušné zprávy. Je to pro ně často jen legrace nebo cesta, jak se pomstít učiteli např. za špatnou známku, nebo jak pozlobit spolužáka. Proti šikaně bohužel neexistuje žádný zaručený recept. Typy kyberšikany a její motivy jsou příliš různorodé na to, aby bylo možné proti nim univerzálně postupovat. Proto je důležité, aby si učitelé vybudovali cit pro šikanu a její provázanost s kyberšikanou.

Je důležité žákům včas vysvětlit, jaké důsledky může mít takové jednání a že kyberšikana rozhodně není „in“. Vhodná je aplikace preventivních opatření, která pomohou třídnímu kolektivu i celé škole vypořádat se s problémem kyberšikany, např. v rámci několikadenních projektů. Přitom si musí všichni učitelé i vedení školy uvědomovat, že nadměrné používání médií je dnes samozřejmě běžnou součástí života dospívajících. Častěji než televizi dnes dospívající mají ve svém pokoji osobní počítač. Učitelé by proto měli věnovat pozornost tomuto médiu, které je u dospívajících tak oblíbené: snažit se pochopit Internet a jeho

potenciál (ICQ, sociální sítě apod.), informovat se o nových trendech a udržovat se pokud možno „up to date“.

Mezi žáky se kyberšikana odehrává takřka výlučně v běžném každodenním prostředí oběti a škola je jeho důležitou součástí, takže je proto pravděpodobné, že dějištěm kyberšikany mezi dětmi a dospívajícími je právě škola nebo její okolí. Případný konflikt se potom dotýká nejen žáků, ale i vedení školy a rodičů. Především vedení školy musí v takových případech rychle zprostředkovat často velmi emotivní a nepříjemné jednání. Z rozhovorů na školách je zřejmé, že takové případy jsou obvykle rychle předány ředitelství školy. Dobré je ale využít další možnosti zprostředkování dohody mezi zúčastněnými stranami: zapojit se mohou předsedové tříd, pedagogičtí poradci, žáci a studenti začlenění do peer programů, mediátoři nebo sociální pracovníci.

! Malý exkurz na okraj: Znáte výraz Happy Slapping? V doslovném překladu znamená něco jako veselé fackování, ve skutečnosti na tom ale není vůbec nic veselého. Minimálně určitě ne pro oběti, které jsou ponižovány, někdy utrhá zranění a k všeobecnému pobavení jsou přitom filmovány kamerou v mobilním telefonu. Šíření takových nahrávek, i když jen v úzkém kruhu kamarádů a ne jak tomu často bývá internetových videoportálech, je přitom nezbytná součást této „zábavy“. Krátké filmy v mobilních telefonech mají často obsah, který je ze zákona zakázán. S takovými nahrávkami se ale často obchoduje na školních dvorech jako se žhavým zbožím, od hardcore pornofilmů, přes různé formy zobrazení násilí po záznamy z válečných hrůz (např. popravky). Čím tvrdší, tím lepší, sledování takových filmů totiž mívá funkci zkoušky odvahy.

3.1 Prevence: jak kyberšikaně předcházet?

3.1.1 Co může dělat škola?

- **Vytvářet povědomí.** Celá škola potřebuje jednotnou definici kyberšikany. Každému musí být jasné, co všechno je kyberšikana, a měl by ji dokázat rozeznat od přímé šikany. Mladí lidé i jejich rodiče by si měli uvědomit, jakou zodpovědnost mají děti a dospívající na Internetu a jaké hrozí postihy za zneužití. Rodiče a žáci by měli vědět, že je škola může podpořit, i když se kyberšikana odehrává mimo ní budovu.
- **Pravidla chování (školní řád) a respekt k ostatním.** Je jistě přínosné, když vedení školy, učitelé, žáci a rodiče společně vypracují pravidla chování a průběžně je podle okolností aktualizují. Tato pravidla chování by měla zahrnovat zákaz používání mobilního telefonu a kamery v mobilu během vyučování a o přestávkách a také by měla zcela zavrhnout šikanu přes Internet a mobilní telefon. Pravidla chování by měli na začátku školního roku všichni zúčastnění podepsat.
- **Osoba zodpovědná za boj s šikanou a koncept mediátorů.** Je vhodné určit někoho, kdo má na starosti potírání šikany na škole. Pokud škola už takového člověka má, jeho pole působnosti by se mělo rozšířit i na kyberšikanu. Mělo by se přitom jednat o někoho z vedení školy nebo o učitele, kteří mají přehled o žácích a vědí, jak v rámci školy komunikovat. Koncept mediátorů, kteří pomáhají urovnávat spory mezi žáky, by měl být uplatněn i v souvislosti s kyberšikanou.
- **Pomoc zvenčí.** Policejní a krajští preventisté mohou velice působivě referovat o možných důsledcích kyberšikany a rozšířit tak mezi žáky povědomí o problematice. V případech kyberšikany mohou kromě nich rychle a profesionálně zasáhnout a pomoci i školní psychologové, sociální pracovníci a mediátoři.
- **Začlenění tématu do výuky.** Kyberšikanu jako téma integrujte do své výuky. Tím se pozornost žáků upře právě kyberšikanu a uvědomí si, že jde o specifický problém, o kterém se musí mluvit. Tento výukový modul by vás v tom měl podpořit.
- **Vzdělávání pedagogů v oblasti řešení konfliktů:** Aby bylo možné adekvátně reagovat ještě předtím, než se konflikt vystupňuje, je důležité být vnímavý k jeho příznakům. Pokud se pedagog naučí zvládat techniky řešení konfliktů, může snadno rozpoznat první náznaky

napětí a přiměřeně jednat. Kromě Internetu je možné znalosti čerpat i z literatury, např. v knize Michala Koláře *Bolest šikanování* (2008), nebo sledovat aktuální nabídku kurzů pro pedagogy pořádaných Pedagogickou fakultou UK v Praze (viz kapitola 8. Odkazy a další zdroje informací).

- **Podpora pozitivního využívání nových médií**

Do vyučování cíleně zapojte i nová média. Vaše výuka tak bude flexibilnější, kreativnější a pro žáky pochopitelnější; nabídnete jim nástroje pro efektivní a zábavné učení a ukážete tak žákům pozitivní možnosti využití nových médií.

Najděte vlastní cesty používání nových médií ve výuce, které by zároveň podporovaly sebevědomí žáků, jejich schopnost prosadit se a spoluzodpovědnost za vývoj přátelských vztahů. Mluvte se žáky o respektu k ostatním na Internetu, o internetové bezpečnosti a především o ochraně vlastního soukromí (které údaje o sobě zveřejňují?). Ukažte svým žákům, že dospělí ve škole rozumějí médiím, která používají, nebo (pokud tomu tak není) žáky vyzvěte, ať vás naučí s médii zacházet!

3.1.2 Co mohou dělat učitelé?

Zvyšovat sebevědomí žáků: Děti a dospívající, kteří se naučí jednat chovat sebevědomě a zodpovědně, si obvykle vědí rady i v nepříjemných situacích. Případné útoky nevnímají tak osobně a zpravidla šikanu zvládají s větším nadhledem.

- **Posilovat empatii mezi žáky:** V mnoha případech si žáci neuvědomují, že jejich činy mohou někomu ublížit. Vhodné je proto zvyšovat u žáků citlivost vůči ostatním.

- **Zlepšovat atmosféru ve třídě:** Případy kyberšikany se často objevují ve třídách, které jsou i jinak „náročné“. Preventivně mohou působit pravidelné aktivity, které jsou zaměřené na zlepšování vztahů a soudržnosti ve třídě. Pozitivní roli hrají například i společné projekty nebo skupinový styl výuky.

- **Vést k úctě vůči druhým:** Kdo si váží druhých lidí, vnímá vztahy odděleně od materiálních věcí, ať už je to jeho oblečení, vzhled nebo úspěch.

- **Dávat pozitivní zpětnou vazbu:** dobře míněná slova si může druhý často vyložit jinak: „Líbí se mi na tobě, že nepomlouváš,“ je sice myšlené pozitivně, ale negativně formulované. Lepší by bylo: „Líbí se mi na tobě, že umíš udržet tajemství.“

- **Vytvářet dobrý vztah mezi učiteli a žáky:** Dobrý a důvěrný vztah přispívá k tomu, že žáci postižení kyberšikanou se dříve obrátí na svého učitele. Potom je mnohem snazší jim rychle pomoci, než když se případ komplikovaně rozvine.

3.2 Rozpoznání: jak si kyberšikany včas všimnout?

Pro učitele nebývá jednoduché včas rozpoznat případy kyberšikany. Přispívá k tomu i to, že učitelé jsou do případu většinou zapojeni velmi pozdě nebo se o konfliktu dozvědí, když už je vyhořelý.

Kyberšikana a „přímá“ šikana má na oběť podobný dopad, pro jejich rozpoznání proto lze použít

podobná měřítko. Níže uvádíme několik vodítek, která pomohou šikanu včas odhalit. Včasný zásah potom může urovnat spory už v počátku a zabránit dalším útokům.

Jak rozpoznat rizikový konflikt:

- **Schránky důvěry:** Prostřednictvím zvláštní k tomu určené e-mailové adresy nebo schránky mohou žáci anonymně hlásit případy šikany. Je nutné uvědomit si, že tyto anonymní schránky mohou být také zneužívány k očernění spolužáků.
- **Zhoršení atmosféry ve třídě:** Situace, kdy se k horšímu změni atmosféra v třídním kolektivu a žáci spolu nevycházejí přátelsky, může být doprovázena šikanou.
- **Rozpady přátelství:** Především u děvčat se velmi často stává, že dříve nerozlučné kamarádky se stanou oběťmi resp. pachatelkami útoků šikany. Vědí totiž o sobě navzájem mnoho intimních tajemství a mohou je snadno proti sobě zneužít.
- **Během školních akcí:** při rozdělování pokojů na školních výletech, třídních sportovních akcích apod. se ukazuje, jak jsou jednotliví žáci začlenění do třídního kolektivu. V takových situacích je patrné, kdo je třídní outsider, popř. jak je skupina rozdělena.

Příznaky kyberšikany: Stane-li se dítě obětí kyberšikany, jsou příznaky podobné jako u jiných forem psychického obtěžování:

- **Zdravotní potíže:** problémy jako bolest hlavy, bolení břicha, častá absence ve škole, potíže se spánkem nebo skleslost.
- **Změny chování:** Alarmující je náhlá zamlklost, zhoršení školního prospěchu nebo únik do vlastního světa (např. online hry nebo fantaskní světy).
- **Ztracení osobních věcí:** Především rodičům může být nápadné, že dítě najednou přichází o oblíbené věci. Může také docházet k mizení peněz v domácnosti.
- **Zlehčování situace:** Při prvních rozhovorech se obvykle oběti kyberšikany nechtějí svěřit s tím, že došlo nebo dochází k šikanování a snaží se problém smést ze stolu. Pokud máte konkrétní podezření, je nutné mít velkou trpělivost a oběti stále nabízet další a další možnosti promluvit si.

3.3 Řešení: co dělat, když se objeví případ kyberšikany?

Pokud vyjde najevo případ kyberšikany, musí škola neprodleně reagovat. Nejprve je vhodné odpovědět si na následující otázky: Co se přesně stalo? Koho všeho se případ týká? O jak závažný útok nebo útoky jde?

- **Rozhovor s účastníky konfliktu:** Promluvit s oběťmi a pachateli (pokud jsou známi) a společně najít řešení včetně nápravy napáchaných škod.
- **Zapojení rodičů:** Svolat rodičovskou schůzku.

Rodiče často nemají představu o tom, co to kyberšikana vlastně je a neuvědomují si, jaký rozsah a dopad mohou takové případy mít.

a odborně pracovat se všemi účastníky konfliktu a uplatnit příslušná opatření.

- **Diskuze ve škole:** Kyberšikana se nesmí v žádném případě zamlčovat. Naopak, každý případ je možné využít jako šanci, jak mezi žáky rozšířit povědomí o kyberšikaně: Jak se cítí oběť? Jaké jsou motivy pachatelů? Konkrétní případy kyberšikany mohou být podnětem ke spuštění nebo posílení prevence.
- **Zapojení učitelů:** Vedle práce s oběťmi a pachateli je důležité vtáhnout do případu učitele a nabídnout jim možnosti dalšího vzdělání (např. semináře nebo literaturu), aby dokázali s případy kyberšikany správně zacházet.
- **Pravidla pro používání mobilních telefonů a Internetu:** Co je dovolené a co už ne? Jaké postihy jsou za zneužití? Někdy může situaci uklidnit nařízení ve školním řádu, podle kterého musí být během výuky mobilní telefony vypnuté. Bez mobilních telefonů se mohou obejít i školní výlety, kdy žáci mohou mobil zapnout jen jednou denně v pevně danou dobu (např. na 30 minut) pro kontakt s rodinou.
- **Poradit se s policejními preventisty:** To je vhodné především pro posouzení, jestli by se mělo v konkrétním případě přikročit k právním krokům, nebo ne.
- **Kontakt se školními psychology, sociálními pracovníky a pedagogickými poradci:** Tito lidé mohou v případech kyberšikany zkušeně

1. Kyberšikana – co to je?
2. Kyberšikana ve škole
3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?
- 4. Co může dělat oběť kyberšikany?**
5. Co říkají zákony?
6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?
7. Kde hledat pomoc?
8. Odkazy a další zdroje informací

4. Co může dělat oběť kyberšikany?

- **Zablokuj pachatele kyberšikany**

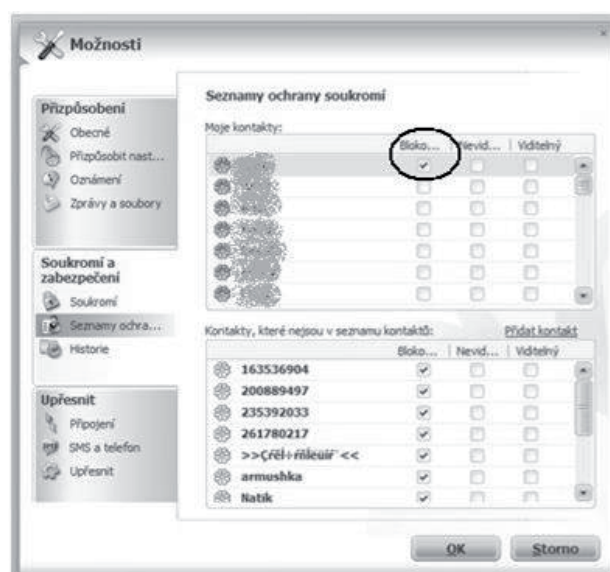
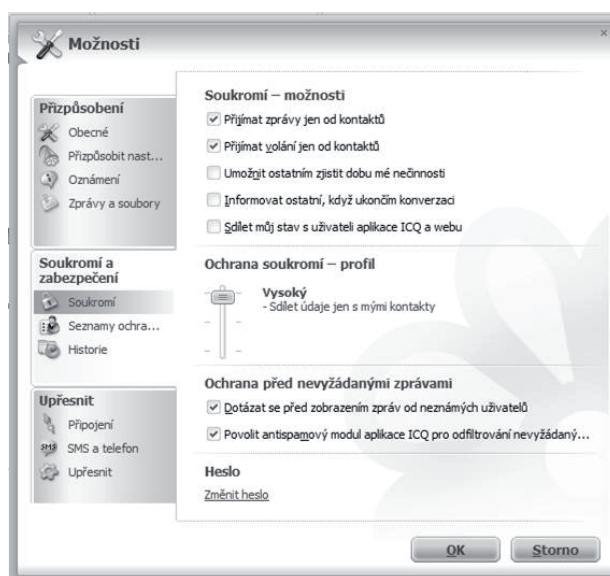
U většiny poskytovatelů sociálních sítí a dalších internetových služeb máš možnost zablokovat nebo nahlásit každého, kdo tě obtěžuje nebo se chová nevhodně.

Na **Facebooku** je dobré nastavit sdílení informací jen s přáteli. Nepříjemné uživatele potom stačí vyškrtnout ze seznamu přátel. Nevhodné komentáře navíc můžeš jediným kliknutím nahlásit.

U **ICQ** si dobře rozmysli, od koho chceš přijímat zprávy. Nejbezpečnější je přijímat vzkazy jen od kontaktů, které jsi sám potvrdil, protože víš, o koho jde. K nastavení se dostaneš v položce Hlavní > Možnosti > Soukromí.

Blokovat ale můžeš i uživatele, které jsi dříve potvrdil na seznam svých kontaktů.

Pokud tě někdo opravdu vytrvale obtěžuje, posledním východiskem je změna čísla ICQ, vytvoření nového profilu na Facebooku nebo změna čísla mobilního telefonu.



- **Neodpovídej**

Na urážky a nepříjemné zprávy neodpovídej, i když to může být těžké. Tvoje reakce je přesně to, co útočník chce. Dá mu to totiž pocit, že ho bereš vážně. Když obtěžování nepřestává, uživatele zablokuj nebo změň e-mailovou adresu, číslo ICQ, telefonní číslo apod.

- **Ukládej důkazy**

Nauč se, jak zkopírovat nepříjemnou zprávu, obrázek nebo záznam internetového rozhovoru. Pomůže ti to, až budeš potřebovat někomu ukázat, co se stalo. Podle důkazů je potom také možné vystopovat pachatele.

- **Mluv o tom**

Když se staneš ty nebo někdo, koho znáš, obětí zastrahování a šikany přes mobil nebo na Internetu, není dobré snažit se to zvládnout sám.

O pomoc se obrať na:

- kamarády; uleví se ti a nebudeš na problém sám
- někoho dospělého, komu věříš, a který ti pomůže o problému informovat na těch správných místech
- Linku bezpečí na tel. čísle 116 111. Jestli nerad telefonuješ, můžeš napsat i e-mail na adresu pomoc@linkabezpeci.cz nebo zkusit chat na chat.linkabezpeci.cz. Veškerý kontakt je tam anonymní.
- poskytovatele služby, kde k šikaně dochází
- školu: učitel, se kterým máš dobrý vztah, tě může podržet a promluvit s tím, kdo tě obtěžuje.
- policii, která by měla případ řešit, pokud je šika-

na závažná a je trestným činem (např. vyhrožování smrtí).

Sám jen nepřihlížej, když zjistíš, že je někdo ve tvém okolí šikanován. Naopak se snaž oběť podpořit a kyberšikanu nahlaš. Jak by ses cítil ty, kdyby ti v takové situaci nikdo nepomohl?

TIP: Jak vytvořit screenshot (snímek obrazovky):

Na klávesnici stiskni tlačítko Print Screen, většinou má zkratku Prt Sc. Tak „vyfotíš“ přesně to, co máš v tu chvíli na obrazovce a obrázek se automaticky uloží do mezipaměti. Pak můžeš otevřít některý textový editor, např. Word nebo program Malování (Start > Programy > Příslušenství > Malování), a zadáš příkaz „vložit“ (buď pravým tlačítkem myši nebo klávesovou zkratkou „Ctrl+V“). Snímek obrazovky se ti zobrazí v textovém souboru. Ulož ho tak, abys soubor našel, až ho budeš chtít někomu ukázat.

4.1 Co dělat, když jsi obětí kyberšikany učitelé?

Učitelé se mohou snadno stát obětmi kyberšikany: stále více pedagogů se setkává s obtěžováním ze strany žáků agresivními nebo jízlivými SMS zprávami nebo urážkami na Internetu. Dospívající často během vyučování učitele filmují mobilními telefony a nahrávky „z legrace“ zveřejňují na Internetu. Postižení učitelé zjistí často až mnohem později, že posloužili k pobavení širokému publiku.

Když takové případy vyjdou najevo, šikanovaný učitel se samozřejmě cítí velice ponížený. Takové situace představují velkou psychickou zátěž, přesto většina obětí mlčí: např. proto, že často nemají

podporu kolegů nebo vedení školy. Snažit se vše přejít ale není právě v případech šikany dobré řešení, obtěžování se tím většinou jen zhorší. Je důležité postavit se k problému čelem, aktivně se snažit hovořit s rodinou, známými, kolegy apod. a podle okolností vyhledat i odbornou pomoc např. psychologa. Pomůže to vyrovnat se s vlastní osobou, s otázkou, proč „jsem právě já obětí“, a zjistit, které způsoby chování mohou u žáků vzbuzovat nenávisť a pomstychtivost.

Ve většině případů kyberšikany namířené proti učitelům navíc dochází k porušování zákona. Natáčet nebo fotografovat někoho bez jeho souhlasu totiž zákon zakazuje, ačkoliv se o protiprávnosti natáčení učitelů při výuce někdy diskutuje. Výklad je ale zcela jednoznačný v situacích kdy je nahrávka nebo fotografie nasnímaná nebo sestříhaná tak, že učitele zesměšňuje, a následně zveřejněná: jde o porušení paragrafů o ochraně osobnosti. V takových případech může zobrazovaná osoba požadovat smazání zveřejněného materiálu (např. od provozovatele webové stránky). Další právní souvislosti, které se vztahují k problematice kyberšikany, uvádíme v kapitole 5 „Co říká zákon?“.

Jak je tedy možné efektivně bojovat s kyberšiknou a jak se jí dá případně zabránit? Obecně platí, že dobrá atmosféra ve škole je nejlepší prevencí proti násilí. Proto je důležité neustále pracovat na vytváření důvěrného vztahu mezi žáky, učiteli a vedením školy. Několik takových příkladů pro vyučování najdete v pracovních listech.

V každém případě doporučujeme vložit problematiku kyberšikny do školního popř. domovního

řádu a všem to oznámit. Je vhodné např. vyhlásit na půdě školy zákaz filmování nebo fotografování druhých lidí bez souhlasu dotyčných osob. Čím otevřeněji budete od začátku k tématu přistupovat, tím snadněji a efektivněji budete moci rozhodovat v konkrétních případech. Příklady konkrétních pravidel, která pomohou v boji proti kyberšikaně, najdete na poslední straně tohoto textu.

Tip: Pokud se na tvorbě nových pravidel chtějí podílet i žáci, podpořte je v tom!

1. Kyberšikana – co to je?
2. Kyberšikana ve škole
3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?
4. Co může dělat oběť kyberšikany?

5. Co říkají zákony?

6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?
7. Kde hledat pomoc?
8. Odkazy a další zdroje informací

5. Co říkají zákony?

Šikana i její nová forma – kyberšikana – jako taková není nezákonná. Přesto ale mnoho projevů kyberšikany může naplňovat podstatu trestných činů, existuje proto možnost použít k jejímu řešení právní nástroje. Na začátku je důležitá otázka, jestli ke kyberšikaně dochází na veřejnosti nebo v soukromí:

Veřejně:

- Zveřejňuje někdo bez tvého svolení fotky nebo videa, kde jsi ty? Porušuje tím tzv. právo na ochranu osobnosti.
- Šíří o tobě někdo např. v diskusních fórech, v sociálních sítích nebo na blozích lži nebo urážky? Můžeš se dožadovat ukončení takového jednání nebo podat trestní oznámení pro trestný čin pomluvy.

V soukromí:

- Dlouhodobé urážky a obtěžování prostřednictvím e-mailu, online komunikátorů nebo např. SMS zpráv jsou v zákoně známy jako stalking, tzn. jako trestný čin.

Obecně platí:

- Výhrůžky, vydírání nebo jiný nátlak, ať už přes jakékoliv médium, veřejně nebo soukromě, jsou trestné činy! Takové případy okamžitě oznam policii!

▶ TIP: Pracovní list 5 se věnuje převážně tématu „právo a zákon“. Předtím, než tuto náročnou oblast začnete představovat svým žákům, může být užitečné udělat si přehled o příslušných zákonných normách.

@ Informace k aktuálním zákonům

ublížení na cti

www.portal.gov.cz – (v sekci > zákony – zákon č. 200/1990 sb., zákon o přestupcích, § 49)

pomluva

www.portal.gov.cz – (v sekci > zákony – zákon č. 40/2009 sb., trestní zákoník, § 184)

zákaz natáčení, fotografování a zveřejnění snímků bez souhlasu dotyčné osoby

www.portal.gov.cz – (v sekci > zákony – zákon č. 40/1964 sb., občanský zákoník, § 12-13)

stalking

www.portal.gov.cz – (v sekci > zákony – zákon č. 40/2009 sb., trestní zákoník, § 353-354)

1. Kyberšikana – co to je?
2. Kyberšikana ve škole
3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?
4. Co může dělat oběť kyberšikany?

5. Co říkají zákony?

6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?

7. Kde hledat pomoc?

8. Odkazy a další zdroje informací

6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?

Sociální sítě

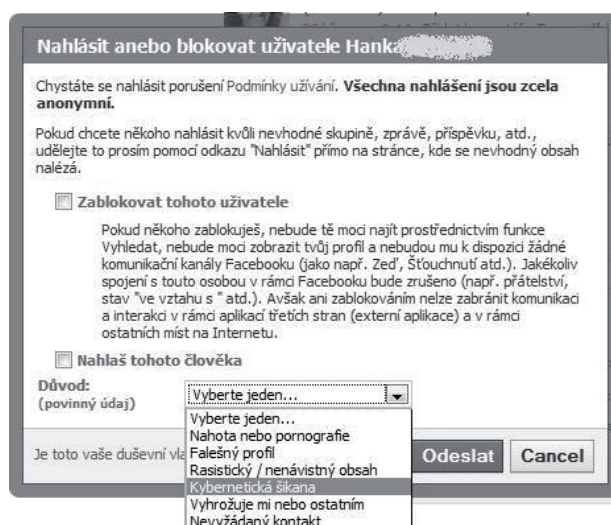
Mnoho provozovatelů sociálních sítí dnes už nabízí možnost oznámit případy šikany: uživatelé mohou použít snadno dostupné a jednoduché funkce k nahlášení obtěžujících zpráv, videí apod.

Doručená upozornění na kyberšikanu provozovatelé prověří. Obsah, který je nezákonný nebo porušuje podmínky používání, mohou smazat. Provozovatelé služby mají také možnost smazat profily uživatelů, kteří nedodržují pravidla.

Zde je několik příkladů, jak se s pomocí provozovatele bránit před nepříjemnými útoky:

Facebook

nabízí jednoduché nástroje pro blokování nepohodlných uživatelů. To by měl vždy být první krok, když dostáváš urážlivé nebo nepříjemné vzkazy. Pokud uživatele zablokuješ, nebudeš už od něj dostávat žádné další zprávy. Nepříjemného uživatele můžeš zároveň i nahlásit provozovateli. Pod profilovým obrázkem klikneš na „Nahlásit/blokovat tuto osobu“ a vyplníš toto okno:



V sociální sítí se mohou objevit i videa a fotografie, které porušují ochranu osobnosti (obrázky a videa zveřejněná bez souhlasu, ponižující a zesměšňující materiály apod.). Takové fotografie a videa je možné jedním kliknutím nahlásit, provozovatel je prověří a má možnost je smazat.

Na Facebooku je užitečné přejít si rady pro nastavení soukromí a zvážit svoje zabezpečení (Soukromí > Doporučená nastavení).

Sociální sítě, které neumožňují blokovat nebo nahlásit nepříjemné uživatele, je lepší opustit. Provozovatel zřejmě není příliš seriózní, když nenabízí pomoc!

Portály pro sdílení videí

I na webových stránkách, kde uživatelé vystavují svá videa, je možné materiály nahlásit a požádat o jejich odstranění. Jde o videa, která mají nezákonný obsah, jako např. dětskou pornografii, zobrazení násilí nebo podněcování k nenávisti, nebo porušují některá další pravidla. Týká se to i videí, kde jsou natočení lidé, kteří nedali k filmování a ke zveřejnění videa souhlas. Dovoleno také nejsou filmy, které někoho zobrazují diskriminujícím způsobem. Většina portálů pro sdílení videa má jednoduché tlačítko pro nahlášení videa. Uživatel má při nahlašování možnost uvést, proč chce video nahlásit. Pokud je někdo např. bez dovolení nafilmován, může uvést, že toto video narušuje jeho právo na ochranu osobnosti. Provozovatel portálu je potom povinen video odstranit. Nejznámějšími webovými portály pro sdílení videí je např. YouTube, MySpace nebo MyVideo.

S videoportály souvisí i problém zveřejňování soukromých a intimních nahrávek bývalého partnera bez jeho svolení, nejčastěji na portálech pro pornovidea (jako je např. YouPorn). Takové jednání je často míněno jako pomsta např. po bolestném rozchodu.

Instant Messengery

U jakéhokoliv komunikátoru je už dnes zcela běžné, že uživatelé mají možnost nastavit ignorování osob, které je obtěžují.

Chaty a diskusní fóra

Obvykle provozovatelé chatů nabízejí jednoduché a dobře přístupné nástroje, které umožní rychle kontaktovat poskytovatele. Tak mohou být zablokováni uživatelé, kteří se neřídí pravidly chatu.

V diskusních fórech bývají administrátoři diskuzí nebo moderátoři, kteří sledují průběh komunikace mezi uživateli. Když se objeví nevhodné zprávy nebo komentáře, může je administrátor smazat a zablokovat jejich autora. Chatům a diskuzím, ve kterých nikdo nereaguje na stížnosti, je lepší se vyhnout.

Mobilní operátoři

Číslo mobilního telefonu a jméno jeho majitel jsou osobní údaje a operátoři je nesmějí nikomu dávat a to ani v případě, že z tohoto čísla chodí např. nepříjemné SMS zprávy. Při neustálém obtěžování nevyžádanými zprávami nebo telefonáty je nelepší požádat svého operátora o změnu telefonního čísla.

E-mail

Adresa, ze které přicházejí nevyžádané, urážlivé nebo dokonce výhružné e-maily, by měla být v e-mailové schránce označena jako odesílatel spamů. Na spam list je možné zařadit libovolnou adresu, ve schránce potom tyto zprávy automaticky končí ve spam koši.

Při dlouhodobém a závažném ohrožení ale jen kontakt s poskytovatelem nestačí, případ je nutné řešit s policií.

1. Kyberšikana – co to je?
2. Kyberšikana ve škole
3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?
4. Co může dělat oběť kyberšikany?
5. Co říkají zákony?
6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?
- 7. Kde hledat pomoc?**
8. Odkazy a další zdroje informací

7. Kde hledat o pomoc?

- **Linka bezpečí**

Školení pracovníci Linky bezpečí dnes kromě problémů v rodině a ve škole běžně řeší i kyberšikany, se kterou se na ně děti obracejí. Pro kontakt s Linkou bezpečí je možné využít telefonní kontakt, e-mail nebo chat. Kontakt s Linkou bezpečí je anonymní a zdarma.

@ **Linka bezpečí**

Telefon: 116 111 nepřetržitě

E-mail: pomoc@linkabezpeci.cz

Chat: chat.linkabezpeci.cz (po-pá od 15 do 19 hodin)

- **Policie ČR**

Tel. 158 nebo 112

1. Kyberšikana – co to je?
2. Kyberšikana ve škole
3. Kyberšikana – jak se s ní vypořádat?
4. Co může dělat oběť kyberšikany?
5. Co říkají zákony?
6. Jak se obrátit na poskytovatele služby?
7. Kde hledat pomoc?
- 8. Odkazy a další zdroje informací**

@ Odkazy a další zdroje informací

Šikana/kyberšikana

www.saferinternet.cz	Informace na téma kyberšikana, ochrana osobních údajů aj. V sekci „Ke stažení“ výsledky výzkumu chování dětí na Internetu
www.bezpecne-online.cz	Stránky pro teenagery, rodiče a učitele s informacemi o bezpečném používání internetu, prevenci a řešení kyberšikany; výukové materiály
www.protisikane.cz	Informace o kyberšikaně a jejích projevech, tipy pro rodiče
www.minimalizacesikany.cz	Praktické rady pro rodiče, učitele a děti, jak řešit šikanu a jak jí předcházet. V sekci „Pro média“ tisková zpráva s výsledky šetření o kyberšikaně na školách
http://prvok.upol.cz	Centrum prevence rizikové virtuální komunikace UPOL, v sekci „Výzkum“ výsledky výzkumného šetření Kyberšikana u českých dětí
www.sikana.org	Stránky občanského sdružení Společenství proti šikaně – aktuality z oblasti, související odkazy apod.

Literatura

Michal Kolář: Bolest šikanování (2008) Příčiny a zdroje šikany, její řešení a prevence, praktické příklady

Kateřina Vágnerová: Minimalizace šikany – praktické rady pro rodiče (2009) Konkrétní tipy při řešení šikany

Vzdělávání

<http://userweb.pedf.cuni.cz/uprps/> Univerzita Karlova v Praze – Ústav profesního rozvoje pracovníků ve školství – Akreditovaný kurz „Úvod do první pomoci při šikanování“.

Přehled pracovních listů

Vyučovací hodina	Témavyužití	Téma	Obsah	Pracovní listy
1. hodina	Úvod	„Let’s fight it together“ (název filmu)	Pomocí britského filmu (7 min) se žáci naladí na téma kyberšikany.	PL1
2. hodina	Definice pojmu	Šikana, kyberšikana – co to je?	Žáci se pokusí sami vymezit pojmy šikana a kyberšikana. Pomocí vyhledávání na Internetu a práce s textem následně najdou a vysvětlí jasnou definici.	PL2
3. hodina	Důsledky	Co prožívají oběti?	Na konkrétním (smyšleném, ale realistickém) příkladu se žáci naučí vnímat, jak hluboký fyzický, psychický a sociální dopad může šikana pro oběti představovat.	PL3
4. hodina 5. hodina	Příčiny	Proč to útočníci dělají?	Žáci vytvoří fotopříběh s typickým případem kyberšikany a uvědomí si tak její možné příčiny.	PL4
6. hodina	Právo a zákony	Jaké hrozí za útoky tresty?	Na příslušných paragrafech jsou demonstrovány trestně-právní souvislosti. Žáci se s nimi seznámí a představí si pod nimi konkrétní situace. Ve druhém kroku mohou žáci sestavit vlastní návrh „zákona proti kyberšikaně“.	PL5
7. hodina	Prevence	Jak kyberšikaně předcházet?	Žáci sesbírají vlastní nápady, jak předcházet kyberšikaně, a vytvoří z nich přehled preventivních opatření pro třídu nebo školu.	PL6

Metodicko-didaktické pokyny



Všechny pracovní listy zhruba odpovídají střednímu stupni obtížnosti výukových materiálů (od 7. třídy ZŠ)

Pracovní list	PL 1	PL 2	PL 3
Téma	Úvod	Definice pojmu	Důsledky
Časová náročnost (vyučovací hodiny)	1	1-2	1-2
Cíle	Žáci se na konkrétním příkladu (film) seznámí s problematikou kyberšikany, zamyslí se nad možnými motivy jednotlivých účastníků a nad tím, jak by v podobné situaci jednali sami.	Ze své každodenní zkušenosti žáci vytvoří vlastní definici šikany (a kyberšikany) a prodiskutují ji. Mohou ji porovnat s definicemi, které našli během internetové rešerše.	Na konkrétním (smysleném, ale realistickém) příkladu se žáci naučí vnímat, jak hluboký fyzický, psychický a sociální dopad může šikana pro oběti představovat.
Metodické pokyny	V rámci metody asociačního kruhu každý žák popořadě sdělí své dojmy k filmu. V pracovním listu potom mohou být popsány způsoby jednání všech zúčastněných osob. V závěrečném výukovém rozhovoru žáci odpovídají na otázku, jak by se každý z nich zachoval na místě postav z filmu.	Žáci nejprve pomocí metody „placemat“ ve skupině shrnou vlastní definici šikany, a porovnají ji s definicí z internetové rešerše. V následném výukovém rozhovoru mohou žáci vysvětlit pojem kyberšikana.	Po přečtení konkrétního příkladu a textu o dopadech případu žáci sestaví a prodiskutují myšlenkovou mapu důsledků kyberšikany. V krátkém textu se zamyslí nad možnostmi podpořit oběť.
Metody a materiály	Filmový spot (v angličtině ale dobře srozumitelný i bez znalosti jazyka), metoda asociačního kruhu	Metoda „placemat“, internetová rešerše	Myšlenková mapa
Formy výuky	Diskuse v kruhu, práce ve skupinách	Práce ve skupinách	Kolektivní diskuse, samostatná práce
Přístup k Internetu / počítači	ano	ano	ne

Pracovní list	PL 4	PL 5	PL6
Téma	Příčiny	Právo a zákony	Prevence
Časová náročnost (vyučovací hodiny)	2	2	2
Cíle	Žáci nejprve prodiskutují svoje názory na příčiny kyberšikany a tyto poznatky porovnají s pohledem odborníků. Následně je kreativně využijí ve fotopříběhu.	Žáci získají informace o trestních souvislostech případů kyberšikany. Na základě článku k tématu mohou vytvořit vlastní návrh zákona.	Žáci prodiskutují své názory na možnosti předcházení kyberšikaně: nejprve zformulují několik svých nápadů a následně je porovnají s ostatními a sestaví z nich žebříček podle důležitosti. Vytvoří návrh „akčního plánu“ pro školu.
Metodické pokyny	Metodou „rybí kost“ žáci nejprve hledají motivace pachatele a ve skupinové práci je shrnou. Potom ve skupinách naaranžují typické situace a vyfotí je. Výsledky práce ve skupinách jsou na závěr krátce prezentovány a porovnány.	Po úvodní metodě párové diskuze k tématu žáci ve skupinkách vytvoří plakát, kde znázorní všechny příslušné zákony a zformulují vlastní návrh speciálního zákona.	V metodě „žebříček“ žáci nejprve seřadí vlastní návrhy. Následně je prodiskutují a vytvoří plakát, kde shrnou nápady celé skupiny a seřadí je podle důležitosti (žebříček).
Metody a materiály	Metoda „rybí kost“, internetová rešerše, fotopříběh	Párová diskuze, rozhovor ve třídě	„Žebříček“, internetová rešerše, výroba plakátu
Formy výuky	Práce v menších a větších skupinách	Práce ve dvojicích, práce v menších skupinách	Práce v menších skupinách
Přístup k Internetu / počítači	ano	ano	ano

Pracovní list ze dne

Jméno:



„Let’s fight it together“

! „Let’s fight it together“ – přeloženo to znamená něco jako „bojujme proti tomu spolu“. Jmenuje se tak krátký 7minutový film, který byl natočen se žáky ve Velké Británii. (Neboj se, je sice v angličtině, ale tomu důležitému budeš rozumět!)...



Zdroj: Crown Copyright. S laskavým svolením organizace Childnet International.

Úkoly:

- Podívejte se společně na britský spot „Let’s fight it together“, najdete ho na této adrese:
@ www.digizen.org/cyberbullying/fullfilm.aspx
- Řekněte, jak na vás film zapůsobil! Použijte přitom metodu asociačního kruhu: každý z vás popořadě řekne 1-2 věty a ostatní to nijak nekomentují.
- Jaký dojem udělal film na vaši třídu? Zkuste formulovat co nejvíce názorů a poznamenejte je na tabuli.
- Ve filmu se pohybuje několik postav. Zkuste se jim přiblížit. Vyplňte následující tabulku („jak“ a „proč“):

Postavy	Joe (hlavní postava, oběť)	Kim („pachatelka“)	Učitelka	Matka	Rob (kamarád)
Jak? (základní rysy chování)					
Proč? (možné důvody jednání)					
A my? (tak bychom se zachovali my)					

- Nejprve popřemýšlej sám a potom otázky prober se sousedem: jak by ses na místě jednotlivých postav zachoval ty?
- Zkus se se sousedem shodnout na tom, jak byste se zachovali, a zapiš to do tabulky („A my?“).
Ve třídě diskutujte o tom, co jste do tabulky napsali.

Pracovní list ze dne

Jméno:



„Šikana, kyberšikana, bullying, mobbing ...“

Tato hesla dnes objevují stále častěji. Co vlastně znamenají a jak se mezi sebou liší?

! Šikana znamená obtěžování, týrání, ponižování, agresivní napadání a manipulaci. Šikana se v různých podobách objevuje ve školách, na pracovištích, v armádě apod. Někdy se můžeš setkat i se slovem bullying, to je anglický výraz pro šikanu, pachatel kyberšikany se potom označuje jako „bully“.



Sem napište společné myšlenky

Poznamenej sem vlastní nápady, myšlenky a názory

1. úkol:

Jaké chování lze označit za šikanu? Pomocí metody „Placemat“ si to nejdřív sám promysli a potom o tom diskutuj ve skupině. Společnou definici napište doprostřed a představte ji ostatním skupinám!

2. úkol:

*Co říkají o šikaně odborníci? Najděte na Internetu definici šikany a porovnejte ji s vlastní definicí!
@ <http://cs.wikipedia.org/wiki/Šikana>
@ www.minimalizacesikany.cz*

3. úkol:

A co je tedy kyberšikana? Zopakujte stejný postup jako v úkolech 1 a 2: položte si otázku: „Jaké chování lze označit za kyberšikanu?“

! Metoda „Placemat“ („prostírání“) Vytvořte skupiny po čtyřech a doprostřed stolu položte papír (nejlepší je formát A3). Doprostřed nakreslete obdélník a jeho rohy spojte s rohy papíru, takže okolo obdélníku vzniknou čtyři oddělená políčka. Posadte se každý k jednomu políčku a poznamenejte do něj svoje myšlenky (každý sám za sebe!). Potom papír otočte o 90°. Přečtěte si, co tam napsal spolužák (potichu, ale můžete k tomu napsat komentář). Takto otáčejte papír dál, dokud se před vámi zase neobjeví vaše políčko. Odeď spolu můžete zase mluvit! Shodněte se na společném názoru a napište ho do obdélníku uprostřed papíru.

▶ TIP: Určitě jste sami při hledání informací zjistili, že není snadné popsat šikanu jedinou jednoduchou definicí. Komplikované je to někdy i proto, že v každé zemi se jednotlivé pojmy vykládají trochu jinak. Např. slovo mobbing u nás neznamena úplně totéž, co šikana. Mobbing se nejčastěji objevuje na pracovišti mezi dospělými a jde o dlouhodobé a promyšlené jednání skupiny, která terorizuje jednoho konkrétního člověka. U mobbingu nejde většinou o fyzické útoky, ale o rafinované znepříjemňování života. Šikana (v angličtině známá jako bullying) má naopak často jen jednoho pachatele a zahrnuje fyzické útoky vůči oběti.

Pracovní list ze dne

Jméno:



V jedné internetové diskusi se objevil následující příspěvek od uživatele daisy15:

Ahoj! Nejsem si jistá, jestli to sem patří, ale jsem už opravdu na dně, tak zkouším psát: Začalo to všechno asi před rokem, kdy mi najednou začaly chodit divné cizí SMSky a e-maily. Třeba „ty blbá krávo“ nebo „dej si pozor – dostaneme tě“. Nejdřív mi to bylo jedno, ale pak už mi to začalo docela lézt na nervy. Po několika týdnech mi jedna spolužačka řekla, že jsem se snad úplně zbláznila, že píšu takové věci na Internet, vůbec jsem ale nevěděla, o čem mluvím! Potom mi to ukázala: nějakí idioti tam psali pod mým jménem, třeba že mám ráda Hitlera, nebo že nenávidím všechny učitele, že bych se chtěla vyspat s každým klukem, který si řekne atd. Samozřejmě, že u toho všeho bylo moje jméno s adresou a telefonním číslem. A na Facebooku byla skupina lidí, kteří mě prý nenávidí. Začala jsem se strašně bát chodit do školy a pořád mě bolelo břicho. Potom si všimli i rodiče, že mám špatnou náladu. Když jsem jim to všechno řekla, napsali jsme provozovateli internetové diskuse, aby ty falešné příspěvky smazal. Místo nich tam ale pořád přibývaly nové. To už jsem se cítila opravdu hrozně, nespala jsem, třásla jsem se a často jsem se rozbrečela kvůli úplným maličkostem.

Ve škole se se mnou už vůbec nikdo nebaví. Už dva týdny po škole kolují nějaké sprosté fotky, prý moje. Lidé si je posílají e-mailem a zná je už celá škola. Když projdu po chodbě, říkají mi pornohvězda. Jsem si ale jistá, že to nejsou žádné moje intimní fotky, rozhodně nevím o tom, že by mě někdo fotil, tedy samozřejmě nahou. Je mi to celé strašně trapné, i když vím, že to nemůžou být moje fotky. Ale vždycky když přijdu do školy, tahle šuškanďa se rozjede. Už je to tak daleko, že se o přestávkách radši schovávám na záchodě, teda když už vůbec jsem ve škole, protože ráno mívám úplné panické záchvaty. Nejradši bych se na všechno vykašlala, někdy dokonce myslím na to, že bych to vyřešila už navždycky. Proč to ti idioti dělají? Nevím přesně, kdo za tím je, ale podezření mám. Rodiče mě poslali k psychologce a teď beru léky proti úzkosti. Rodičům psychologka poradila, aby mě dali na jinou školu, ale měla bych jen tak utéct? Takhle to ale už dál nejde, cítím se strašně. Nemusím ani říkat, že můj prospěch ve škole je teď úplně na nule. Přitom chci jenom svůj klid!!

Oběti většinou trpí opravdu dlouho, jako v případě Simony z televizní reportáže o kyberšikaně:

Stejně ještě není všemu trápení konec. „Pořád se mi stává, že dostanu panický záchvat nebo mám strach, že ztrácím půdu pod nohama,“ potvrzuje Simona. Její psychoterapeutka Petra se proto snaží už rok pomoci Simoně nepříjemné zážitky zpracovat a překonat hluboké trauma. Prostřednictvím rozhovorů se snaží mladé dívce pomoci znovu si vybudovat kladný vztah sama k sobě. „Už jsem si sebe vůbec navážila a musela jsem se znovu naučit mít se trochu ráda. Jen když máš ráda sebe, můžeš zase mít ráda i ostatní,“ vysvětluje Simona.

Úkoly:

- 1. Společně ve třídě si přečtete oba texty.*
- 2. Jaké důsledky může mít kyberšikana pro oběti? Nezapomeňte, že kromě fyzických zranění může šikana způsobit i závažné psychické a společenské škody. Poznamenej si nejdřív sám pár myšlenek a potom je společně zaznamenejte na tabuli do myšlenkové mapy (můžete použít i příklady z textů o daisy 15 a o Simoně).*
- 3. Co bys poradil daisy 15? Napiš jí e-mail (na papír) s tipy, jak problém vyřešit. Několik dopisů přečtete nahlas a prodiskutujte svoje rady!*

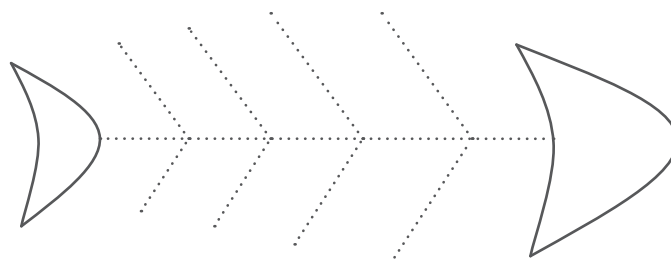
Pracovní list ze dne

Jméno:



Proč?

Proč někdo dělá takovou věc, jako je kyberšikana? Víme už přece, jak závažné důsledky to může mít! V tomto pracovním listu se zaměříme příčiny kyberšikany.



1. Úkol: Shromážděte svoje nápady

a) Sedněte si do čtyřčlenných skupin, ale nejdřív pracujte každý sám:

Nakreslete si podle obrázku rybí kost. Do hlavy napište slovo „kyberšikana“ a na jednotlivé kosti potom pište její příčiny (zkuste se sami sebe zeptat: „proč to útočník dělá?“).

b) Až budou všichni ve tvé skupině hotovi, svoje rybí kosti posuňte sousedovi podle směru hodinových ručiček a postupně si je představte (začne ten nejstarší z vás). Potom společně proberte možné příčiny kyberšikany, na které jste ve skupině přišli.

c) Společně na větší papír nakreslete novou rybí kost a zapište do ní to, na co jste přišli ve skupině. Výsledek představte ostatním skupinám!

d) Ve třídě spolu s učitelem určitě přijdete na další příčiny kyberšikany. Doplňte je do své rybí kosti!

2. Úkol: Vlastní fotopříběh

Jestli jste pracovali i s předchozími pracovními listy, určitě už o kyberšikaně leccos víte.

- Co je to vlastně šikana
- Co je to kyberšikana

- Jaké důsledky může mít kyberšikana pro oběť
- Proč pachatelé takové věci dělají

To, co o kyberšikaně víte, zkuste zobrazit v krátkém fotopříběhu:

a) Ve své skupině vytvořte fotopříběh k tématu kyberšikana. Stačí zhruba 12 fotek.

b) Fotky vytiskněte a nalepte je na velký list papíru (plakátový formát).

c) Svůj plakát představte ostatním skupinám a prodiskutujte ho!

d) Jaký mají vaše příběhy konec? Popřemýšlejte nad tím, co se dá proti kyberšikaně dělat.



TIP: Pošlete nám svoje fotopříběhy!

Několik jich vybereme a zveřejníme na našem webu!

E-mail: info@saferinternet.cz

Web: www.saferinternet.cz



! “Myslet si, že Internet je anonymní, je jako věřit, že v supermarketu nejsou kamery“ – něco takového bychom mohli říct všem pachatelům kyberšikany, kteří mají dojem, že se jim nemůže nic stát. Přitom ale poskytovatelé připojení musí půl roku až rok uchovávat údaje o každém přístupu na Internet. Dá se tak snadno zpětně zjistit, kdo, kdy a kde se na Internetu pohyboval. A v případě trestného činu se soudy drží právě těchto údajů.

Když se podaří pachatele nebo pachatelku vypátrat, co se stane? Jaké tresty útočníkům vlastně hrozí?

▶ Metoda „Partnerské interview“ Vytvořte dvojice (partner A a partner B). Oba dva si přečtete odstavec. Partner A z něj potom shrne to nejdůležitější, partner B to zopakuje slovy „Chápu tě dobře, že...?“ Potom se role vymění. Ale pozor! Každý z vás může při shrnutí schválně udělat dvě chyby, které ale musí váš partner odhalit!

1. Úkol:

Co říkají zákony? Proti kyberšikaně bohužel (ještě?) neexistují žádné speciální zákony. Vztahuje se na ni ale několik částí trestního zákoníku. Přečtete si zákony ve formě partnerského interview.

Ublížení na cti (zákon o přestupcích, §49)

Ublížení na cti, urážka a posměch se trestá pokutou do 5000 Kč. Pokud přitom dojde k ublížení na zdraví, vyhrožování, nebo pachatel újmu působí např. kvůli sociálnímu původu oběti, zdravotnímu stavu, národnosti apod., může být vyměřena pokuta až 20 000 Kč.

Pomluva (trestní zákoník, §184)

Kdo o jiném sdělí nepravdivý údaj, který je může značnou měrou ohrozit jeho vážnost u spoluobčanů, zejména poškodit jej v zaměstnání, narušit jeho rodinné vztahy nebo způsobit mu jinou

vážnou újmu, bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok. Odnětím svobody až na dvě léta nebo zákazem činnosti bude pachatel potrestán, spáchá-li uvedený čin tiskem, filmem, rozhlasem, televizí, veřejně přístupnou počítačovou sítí nebo jiným obdobně účinným způsobem.

Natáčení, fotografování, zveřejnění snímků apod. bez souhlasu dotyčné osoby (občanský zákoník, §12-13)

Písemnosti osobní povahy, podobizny, obrazové snímky a obrazové a zvukové záznamy týkající se fyzické osoby nebo jejích projevů osobní povahy smějí být pořízeny nebo použity jen s jejím svolením. Svolení není třeba, použijí-li se písemnosti osobní povahy, podobizny, obrazové snímky nebo obrazové a zvukové záznamy k účelům úředním na základě zákona. Podobizny se mohou poříditi nebo použiti bez svolení také pro umělecké účely a pro účely zpravodajství. Ani takové použití však nesmí být v rozporu s oprávněnými zájmy fyzické osoby. Fyzická osoba má právo se zejména domáhat, aby bylo upuštěno od neoprávněných zásahů do práva na ochranu její osobnosti, aby byly odstraněny následky těchto zásahů a aby jí bylo dáno přiměřené zadostiučinění. Podle okolností má poškozený právo na náhradu újmy v penězích, výši náhrady určí soud.



Co dělat?

Co vlastně můžeme proti kyberšikaně udělat? Možná bychom nad tím neměli začít přemýšlet, až když se něco stane, ale mnohem dříve. Jak tedy předcházet kyberšikaně? V tomto pracovním listu byste měli přijít na několik vlastních nápadů a sestavit akční plán pro školu.

1. Úkol: Sepište svoje nápady

a) Vytvořte čtyřčlenné skupiny, přesto ale nejdříve pracujte samostatně: Nakresli si podobný žebřík, jako je v pracovním listu. Na jednotlivé příčky napiš svoje nápady, jak se dá předcházet kyberšikaně. Ale pozor! Nahoře by měl být ten nejdůležitější návrh a pod ním postupně ty (podle tvého názoru) méně důležité myšlenky!

b) Až budou všichni ve tvé skupině hotovi, postupně si představte svoje žebříčky (dokola po směru hodinových ručiček, začne ten nejmladší z vás). Prodiskutujte jednotlivá opatření, na která jste přišli!

c) Na nový list papíru (možná trochu větší) společně nakreslete nový žebřík a запиšte do něj společné myšlenky vaší skupiny. Společný žebříček potom představte ostatním skupinám.

2. Úkol: Vyhledání názorů odborníků

a) Samozřejmě jsou i odborníci, kteří se kyberšikanou zabývají. Podívej se např. na stránky projektu E-bezpečí. Pod následujícím odkazem najdeš přehled opatření proti kyberšikaně: @ <http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/29/6/lang,czech/>

případně nebo zkus zadat adresu

@ <http://cms.e-bezpeci.cz> a v sekci >

Nebezpečné komunikační praktiky > Cyber bullying najdeš článek „Kyberšikana a prevence“.

b) Text porovnejte se svými nápady a žebříčky si doplňte!

3. Úkol: Vytvořte akční plán pro školu

Určitě jste posbírali a seřadili spoustu skvělých nápadů, jak předejít kyberšikaně, ale...zatím jsou pořád jen na papíře. Teď totiž přijde to nejtěžší:

a) Svoje nápady přetvořte do konkrétních návrhů a pravidel pro svou školu. Na větší papír (plakát) napište v pěti bodech (ne víc!) plán toho, co by se mělo na vaší škole udělat!

b) Vytvořte malý leták (list formátu A4, který se poskládá) s následujícími body:

- Co je to kyberšikana? (ve dvou větách)
- Co znamená kyberšikana pro oběti? (krátce)
- Váš pětibodový plán

c) Mohli byste zkusit nabídnout svůj plán vedení školy? Jestli ne, určitě ho můžete zrealizovat ve vaší třídě!

Kyberšikana:

Na naší škole ji nechceme!

1. Zavazujeme se k tomu, že k sobě budeme chovat férově a s respektem, a to jak ve třídě, tak na Internetu.
2. Když někdo z nás zjistí, že je někdo po Internetu, přes mobil nebo SMS zprávami šikanován, pomůžeme mu. Budeme se o něj zajímat a dodáme mu odvahu kyberšikanu nahlásit.
3. Na škole určíme osobu, která bude zodpovědná za boj proti kyberšikaně (školního psychologa nebo učitele, který se v problematice vyzná).
4. Do vyučování zařadíme téma kyberšikany a budeme o ní mluvit veřejně (letáky, plakáty, články ve školním časopise, informace pro rodiče).
5. Budeme přemýšlet nad tím, jak sami média používáme a jak komunikujeme s ostatními. Zamyslíme se nad tím, jaké to je, neustále dostávat zastrašující a ponižující anonymy.

U nás nechceme kyberšikanu!

Z rozkazu všech žáků a učitelů

.....
(Razítko a podpis vedení školy)

Safer
internet.cz