



Univerzita Palackého v Olomouci  
Cyrilometodějská teologická fakulta  
Katedra křesťanské výchovy

# **Preventivní program – kyberšikana a bezpečí na internetu, pro žáky 7. a 8. tříd základní školy**

## **Bakalářský projekt**

Autor: Barbora Kožnarová

Vedoucí práce: doc. PhDr. Mgr. Petra Potměšilová, Ph.D.

Olomouc 2023

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem tento projekt sepsala samostatně pouze za pomoci uvedených odborných zdrojů.

V ..... dne .....

.....

Barbora Kožnarová

## **Poděkování**

Především bych chtěla poděkovat mé vedoucí bakalářského projektu, doc. PhDr. Mgr. Petře Potměšilové, Ph.D., která mi pomohla s vypracováním tohoto projektu, předala mi důležité a cenné rady.

# Obsah

Úvod.....	1
<b>1 Kyberšikana.....</b>	<b>3</b>
1.1 Definice kyberšikany a souvisejících pojmů.....	3
1.1.1 Kyberšikana.....	3
1.1.2 Kyberškádlení.....	4
1.1.3 Kyberhádka .....	4
1.1.4 kyberobtěžování .....	4
1.2 Prostředky kyberšikany .....	4
1.2.1 Textové zprávy .....	5
1.2.2. Mobilní telefonáty .....	5
1.2.3 Fotografie a videoklipy.....	5
1.2.4 E-maily .....	5
1.2.5 Sociální sítě .....	6
1.2.6 Internetové stránky, blogy .....	6
1.2.7 Chatovací místnosti .....	6
1.2.8 Online hry.....	7
1.2.9 Instant messaging .....	7
1.3 Způsoby kyberšikany .....	7
1.3.1 Provokování.....	8
1.3.2 Kyberobtěžování .....	8
1.3.3 Očerňování .....	8
1.3.4 Napodobování, vydávání se za oběť.....	8
1.3.5 Podvádění a odhalování tajemství.....	8
1.3.6 Vyloučení z online skupiny .....	9
1.3.7 Kyberstalking .....	9
<b>2 Oběť a agresor kyberšikany .....</b>	<b>10</b>
2.1 Oběť kyberšikany – definice .....	10
2.1.1 Nejčastější důvody, proč se oběť nesvěří rodičům nebo dospělému:.....	10
2.1.2 Dopad kyberšikany na oběť.....	10

2.2 Agresor kyberšikany.....	11
2.2.1 Vtipálek .....	12
2.2.2 Neúmyslný kyberagresor.....	12
2.2.3 Pomstychtivý andílek .....	12
2.2.4 Sprostá holka .....	12
2.2.5 Bažící po moci.....	12
<b>3 Bakalářský projekt.....</b>	<b>13</b>
3.1 Cyrilometodějská církevní základní škola.....	13
3.2 Cíle a hlavní činnost organizace.....	14
3.3 Lokalita základní školy .....	14
3.4 Historický kontext základní školy .....	15
3.5 Ekonomická situace.....	15
3.6 Zkušenosti s projekty .....	16
3.6.1 Otevíráme digitální svět všem .....	16
3.6.2 Doučujeme na CMcZŠ (jaro a podzim 2022).....	16
3.6.3 Projekt DigiMe (CBC Interreg V-A Österreich).....	16
3.6.4 Podpora předškolního a základního vzdělávání ve městě Brně.....	17
3.6.5 Projekt 1+1 .....	17
3.7 Inovační potenciál .....	17
<b>4 Charakteristika projektu.....</b>	<b>19</b>
4.1 Předmět projektu .....	19
4.2 Cíl projektu.....	19
4.3 Měřitelné ukazatele cílů projektu .....	20
4.3.1 Aktuální stav výskytu kyberšikany ve školním prostředí.....	20
4.3.2 Psychická vyrovnanost a sebevědomí žáků.....	20
4.3.3 Sebevzdělávání a seberozvoj učitelského sboru v oblasti digitálního světa.....	20
4.3.4 Aktuální stav školních dokumentů .....	20
4.3.5 Znalosti a obezřetnost jedinců v digitálním světě spojené s kyberšikanou .....	20
4.4 SWOT analýza CMcZŠ.....	21
<b>5 Popis projektu.....</b>	<b>23</b>
5.1 Charakteristika současného stavu.....	23

5.2 Charakteristika plánovaného stavu.....	23
5.3 Cílová skupina.....	23
5.4 Časová náročnost.....	23
5.5. Organizační forma.....	23
5.6 Program.....	24
5.7 První blok programu (1.pololetí).....	24
5.8 Druhý blok programu (2.pololetí).....	34
5.9 Návaznost na projekt.....	42
5.9.1 Zachování prevence.....	42
5.9.2 Konzultační hodiny, e-mail důvěry/profil důvěry.....	42
5.9.3 Rozšíření preventivního programu pro 9.třídu, vytvoření preventivního programu pro 1. stupeň.....	42
5.9.4 Informovanost rodičů a pedagogů.....	43
5.10 Etické zásady.....	43
<b>6 Technické řešení projektu.....</b>	<b>44</b>
6.1 harmonogram projektu.....	44
6.2 Organizační zajištění projektu.....	45
6.2.1 Personální zabezpečení.....	45
6.2.2 Materiální zabezpečení.....	45
6.3 Rozpočet projektu.....	47
<b>Závěr.....</b>	<b>48</b>
<b>Použité zdroje.....</b>	<b>49</b>
<b>Seznam příloh:.....</b>	<b>51</b>

## Úvod

Pro zpracování bakalářského projektu jsem si zvolila téma preventivní program pro 7. a 8. třídu základní školy, zaměřený na prevenci kyberšikany s ohledem na celkové bezpečí na internetu. Toto téma jsem si zvolila, protože je mi blízké a v budoucnu si dokážu představit, podílení se na podobných projektech. Téma prevence všech druhů rizikového chování na základních školách je dnes více než aktuální, ráda bych ho tedy podpořila, vytvořením tohoto bakalářského projektu.

Program jsem se rozhodla cílit na kyberšikanu a obecně na to, jak se správně, a především bezpečně chovat na internetu, současně je to velmi důležité téma, obzvláště v dnešní digitalizované době, kdy si život bez internetového připojení nedokážeme ani představit. Internet je skvělá vymoženost, která nám dává přístup k nekonečně mnoho informacím, otázkou je, kterým informacím můžeme věřit, jaké zdroje jsou důvěryhodné a jakým bychom se naopak měli vyhnout? Také nám otvírá dveře k neustálému kontaktu s blízkými, se svým okolím a obecně s celým světem. To nám mnohdy usnadňuje život, ale také to může ohrozit naši bezpečnost, každý uživatel kyberprostoru může být pro nás potenciální hrozba, nikdy nemůžeme vědět, kdo se za obrazovkou skrývá. Právě proto bychom měli prosazovat důležitost mediální výchovy a nauce o bezpečném chování na internetu, více než kdy předtím.

Dnešní generace se již narodila do tohoto takzvaně digitálního světa, proto bývá často označována jako „*internetová generace*“<sup>1</sup>. Internet a zejména sociální sítě jsou každodenním šálkem jejich života, aktuálně se prosazuje vše transformovat do digitální podoby (například žákovské knížky a třídní knihy, jízdní doklady, platební metody a podobně), to pro nás znamená větší nepostradatelnost informačních technologií, proto je důležité neustále držet povědomí o tom, jak se v online světě správně chovat, tak abychom sobě i svému okolí nijak neublížili.

Děti a mladistvé osoby mohou být více zranitelné a lehce ovlivnitelné, může pro ně být těžší poznat hrozbu a manipulaci od cizích nebo i blízkých osob, o to více v digitálním světě, kde je toto nesprávné chování, leckdy i nezákonné chování, mnohem lépe realizovatelné. Toto všechno jsou důvody, které mě přesvědčily o výběru zaměření mého preventivního programu.

Hlavním cílem tohoto bakalářského projektu je vytvořit preventivní program, který bude možný uplatnit nejen na mnou zvolené základní škole, ale i na jiných školách, popřípadě

---

<sup>1</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014, s.13. *Kyberšikana jako společenský problém = Cyberbullying as a social problem*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-4227-3

v jiných organizacích. V tomto projektu budu cílit na jednu konkrétní školu, to se nevyklučuje s mojí snahou, udělat tento preventivní program více univerzální. Konkrétním cílem preventivního programu je předat žákům jasné, konkrétní a užitečné informace z digitálního světa, jak se zde správně chovat či nechovat. Dále žákům ukázat, jak se bezpečně a nezávadně chovat v kyberprostoru, tak abychom neohrozili sami sebe ani své okolí, a těmito kroky předcházet eventuálnímu výskytu kyberšikany ve školním kolektivu. To všechno prostřednictvím programu rozděleného do dvou bloků, kde najdeme teoretické i praktické aktivity se zaměřením na kyberšikana a bezpečné chování v online prostoru, určené pro žáky 7. a 8. tříd.

V teoretické části projektu objasním termín kyberšikana a další související pojmy, dále jak se kyberšikana projevuje, její prostředky a způsoby, definujeme si oběť a agresora. V praktické části se zaměřím na konkrétní zpracování preventivního programu. Stručně představím základní školu, pro kterou je tento program vytvořen, následně si představíme všechny konkrétní aspekty preventivního programu.



# 1. Kyberšikana

## 1.1 Definice kyberšikany a souvisejících pojmů

**1.1.1 Kyberšikana** je: „*Úmyslné, opakující se, nepřátelské chování, jehož cílem je ublížit oběti za použití informačních a komunikačních technologií (převážně internetu a mobilního telefonu).*“<sup>2</sup>

Za autora pojmu kyberšikana můžeme považovat Billa Belsay z Kanady, jeho definice zní: „*Jedná se o úmyslné, opakované a nepřátelské, chování ze strany jednotlivce nebo skupiny za účelem ublížit ostatním a zároveň zahrnuje využití informačních a komunikačních technologií.*“<sup>3</sup>

Online násilí má spoustu dohledatelných definic, na jednom faktu se všechny shodují, jedná se o formu psychického násilí a teroru, probíhající v digitálním prostoru. Kyberšikana je odvětví klasické šikany, i když obě probíhají v jiném prostředí, mají určité společné znaky, obě se definují svojí záměrností, jedná se především o opakující se činnost s cílem ublížit oběti, v tomto případě psychicky, klasická šikana má i fyzické projevy. Zanechávají na člověku psychické šrámy, rány a traumata, které se bohužel špatně léčí, mohou oběť dostat na úplné dno, ze kterého může být únikem některá z forem sebepoškozování a v nejhorším případě i spáchání sebevraždy. Oběť obou forem šikany si zažívá velký sociální propad, cítí pocit méněcennosti, strachu, zklamání ze sebe a může se tak stát objektem sociálního vyloučení<sup>4</sup>.

Pro snazší orientaci v problematice kyberšikany je dobré si vymezit související pojmy. Je velmi důležité a zároveň i nelehké rozlišit pojmy kyberškádlení a kyberobtěžování. Podobně jako u klasické šikany musíme rozlišit rozdíl mezi škádlením a šikanováním. Kyberobtěžování může být určitý první krok ke vzniku reálné kyberšikany<sup>5</sup>.

---

<sup>2</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014, s.11.

<sup>3</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014.

<sup>4</sup> ROGERS, Vanessa. 2011. *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-984-2

<sup>5</sup> ČLOVĚK V TÍSNI o.p.s., PEDAGOGICKO PSYCHOLOGICKÁ PORADNA PLZEŇ. 2009. *Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele*. Statutární město Plzeň. ISBN 978-80-86961-78-1

**1.1.2 Kyberškádlení** je takové jednání, které nemá za cíl někomu ublížit, bývá nepravidelné, jedná se spíše o nějakou formu vtipu či zábavy, může se také jednat o způsob pozitivně laděné konverzace, pokud se ale takové jednání druhé osobě nelíbí, může se proti němu kdykoliv ohradit, iniciátor by poté měl toto chování přerušit.

**1.1.3** Dalším pojmem je **Kyberhádka**, jedná se o výměnu názorů probíhající v online prostoru, má stejné znaky jako hádka v reálném životě. Prvek ublížení druhé osobě, zde může, ale nemusí být zastoupen. Kyberhádka může být naprosto nezávadná, nicméně může být i jedním z prostředků kyberšikany. Nejčastěji se přesto definuje jako jednorázová událost mezi dvěma lidmi, kde není nevyrovnaný poměr moci.

**1.1.4** Již zmíněné **kyberobtěžování** je nezákonné jednání, typické svým nepřátelským postojem vůči jinému pohlaví, rase, věku či sexuální orientaci. Je to jeden ze způsobů kyberšikany, protože jsou zde zastoupeny její znaky, a to opakování, nerovnoměrné rozdělení moci mezi agresorem a obětí, a záměr agresora, kterým je obtěžovat jedince či skupinu lidí. Velkou roli zde hraje i velmi dobrá znalost online prostředí a obecně orientace v informačních a komunikačních technologiích, kterou agresor velmi dobře využívá proti oběti. Občas se mezi odborníky objevují neshody se zahrnutím kyberobtěžování pod pojem kyberšikana, protože kyberobtěžování je již protiprávní jednání, postihnutelné trestním zákonem, přičemž kyberšikana je obecně porušením školních předpisů.

Aktuálním problémem jsou mladší děti, které se v online prostoru chovají více rizikově, bohužel často na nějakou formu kyberobtěžování ze zvědavosti zareagují.

**1.1.5 Kyberhrozba neboli kyberútok** je elektronický materiál, který agresor používá jako formu útoku vůči oběti, tak aby v ní vyvolala pocit, že má v úmyslu způsobit škodu nebo násilí sobě, oběti nebo třetí osobě.

## **1.2 Prostředky kyberšikany<sup>6</sup>**

Kyberšikana se stala opravdu negativním fenoménem 21. století. Můžeme u ní uvést několik podob, nejčastějším nástrojem je mobilní telefon a počítač, v dnešní době i další přenosná zařízení, jako například notebook či tablet. Nacházíme se v době, kdy má zřejmě každá osoba starší 10ti let telefon, dnes začínají převažovat především chytré telefony, to znamená velmi

---

<sup>6</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014.

snadný přístup k internetu a sociálním sítím, bohužel to přináší i větší riziko vzniku kyberšikany.

Aktuální riziko přináší i propojenost účtu s naším úložištěm (například Google disk), ke kterým dostane-li agresor přístup, může to být velmi nebezpečné. Pro různé prostředky kyberšikany mohou být zvolené různé nástroje. Mezi základní prostředky kyberšikany řadíme tyto:

### **1.2.1 Textové zprávy <sup>7</sup>**

Jedná se o formu kyberšikany prostřednictvím mobilních zpráv, které mají negativní obsah, objevují se zde urážky, výhrůžky a různé nenávistné poznámky. Pro tento prostředek obtěžování je typické opakované posílání těchto zpráv i několikrát za den. Agresori často využívají SIM karet na jedno použití, které jsou volně k dostání, a tím obětem ztěžují odhalení jejich pravé identity.

### **1.2.2. Mobilní telefonáty**

Neustále obtěžování oběti prostřednictvím opakujících telefonátů, projevuje se prozváněním či nenávistnými a urážejícími hovory, agresor často po přijetí telefonátu nereaguje a nijak se neozývá na výzvy oběti. Telefonáty může využít jako doplněný stalkingu, kdy v hovoru oběti sděluje, kde se nachází, co má na sobě a podobné informace o oběti, které ji mají vyděsit. Hovory se opakují během celého dne, ale i v nočních hodinách. Agresor opět střídá více SIM karet, pro těžší vypátrání.

### **1.2.3 Fotografie a videoklipy**

Nejčastěji pořízené na chytrý telefon, ze kterého se pak šíří dál do online prostředí prostřednictvím internetu, nejlépe sdílením na sociálních sítích, kde tento kompromitující materiál dokáže zasáhnout velkou skupinu lidí, také se zde fotky a videa velmi rychle sdílí mezi lidmi. Tyto fotky či videa často zobrazují oběť v nějaké trapné či nepříznivé situaci, sdílením do veřejného prostoru, se agresor snaží oběť zahanbit a zastrašit. Nejčastější formou kyberšikany bývá takzvaný „happy slapping“, což v překladu znamená „veselé fackování“ a jedná se o natáčení fyzických útoků na oběti a následné zveřejnění na sociálních sítích.

### **1.2.4 E-mailů<sup>8</sup>**

Bývají také jednou z nejčastějších forem kyberšikany, a to především díky jejich snadnému založení. E-mailových účtů si můžeme založit nespočet, to je jeden ze závažných problémů, kdy si agresor může založit více účtů pod jinou identitou či přezdívkou, bez toho, aby ho

---

<sup>7</sup> ROGERS, Vanessa. 2011.

<sup>8</sup> ROGERS, Vanessa. 2011.

kdokoliv odhalil a z nich následně obtěžuje oběť. Opět se jedná o urážlivý, vyhrožující a nenávistný obsah.

### **1.2.5 Sociální sítě**

Velice oblíbený způsob pro komunikaci a hlavně sdílení svého života nejen s přáteli. Bohužel s sebou nesou i hrozbu zneužití a nástroj kyberšikany, proto je důležité abychom dodržovali určitá pravidla konkrétních platform. Sociální sítě mohou být použity jako nástroj ke snadnému šíření drbů a pomluv. Snaha být populárním a oblíbeným ve světě sociálních sítí je více a více aktuální, děti a dospívající tak sdílejí někdy až velmi osobní informace ze svého života, které následně mohou být zneužity jinou osobou. Lidé se honí za vysokým počtem „sledujících“ a „lajků“, ale nemyslí na svoje soukromí, které může být použito proti nim. Sociální sítě, nejčastěji Instagram, Messenger, nyní už i Tik tok jsou aktuálně nejoblíbenějšími, hrozbou jsou zde agresori, kteří si velmi snadno zřídí falešný profil pod jinou identitou, to jim dává určitou volnost a zajištění anonymity, při páchání kyberšikany.

### **1.2.6 Internetové stránky, blogy**

V dnešní době opravdu nemusíme být žádný IT specialista, abychom byli schopni založit si svoje internetové stránky či blog, naopak je to velmi snadné a mnohdy zdarma, a proto tuto možnost zneužije nemálo agresorů. Internetovou stránku či blok si agresor založí za účelem neustálé možnosti pošpiňovat a znemožňovat svoji oběť. Obsahem těchto stránek bývají nejčastěji ponižující, nevhodné či upravené fotografie a videa, na kterých je zachycena oběť, lživé, urážející a ponižující články. Můžou se zde objevit i různé ankety mířené proti oběti, kde mohou ostatní lidé hlasovat (například: V čem je Markéta (oběť) nejvíce nemožná? Za a) matematika, b) český jazyk c) ve všem), a podobné urážející hlasování. Prakticky se jedná o celý soubor nenávistného obsahu za účelem ponižit a ublížit dané osobě. S tímto prostředkem kyberšikany se často setkávají i slavné osobnosti nebo politici, kdy jsou o nich vytvářeny všemožné stránky a blogy, a to s jediným cílem: znemožnit, ponižit danou osobu, zároveň vyvolat vůči ní nenávist.

### **1.2.7 Chatovací místnosti**

Oblíbené místo pro komunikaci mezi osobami, které chtějí společně sdílet různá témata. Mohou se zde potkávat nejen přátelé, ale i cizí lidé, velmi často se používají různé přezdívky, které udržují určitou anonymitu. Chatovací místnosti mohou být pro více lidí, kteří zde mohou chatovat najednou, ale mohou se vytvořit i místnosti, kde se komunikuje individuálně (konverzace dvou členů či menší skupiny). Pokud lidé dodržují určitá pravidla těchto chatovacích místností, může to být velmi příjemný prostor pro spojení a komunikaci s druhými,

kde vás spojují stejné zájmy a témata, ale i naopak se může změnit ve velmi ostrou zbraň pro kyberšikanu. V tomto případě jsou chatovací místnosti zneužité pro zastrašení a ublížení oběti. Zde je obvyklým cílem agresora pošpinit oběť a rozvrátit jeho vztahy s ostatními účastníky skupiny, následně usiluje o zablokování účtu oběti administrátorem chatovací místnosti. Agresor často pozměňuje svoji identitu, mění věk, pohlaví a přezdívku, aby byl hůře dohledatelný. Tyto chatovací portály bývají využívány i ke kybergoomingu a sextingu, což je taky velmi aktuální a nebezpečný jev ve společnosti.

### **1.2.8 Online hry**

Jedná se o prostředek podobný chatovacím místnostem, některými autory bývá zařazena právě pod prostředek chatovacích portálů. Online hry se staly opravdu velmi oblíbenou zábavou nejen dnešní generace, spousta mladých lidí tráví svůj veškerý volný čas hraním online her. Tyto hry jsou oblíbené, protože je můžete hrát s kýmkoliv na světě v reálném čase, typickým rysem je především herní chat, kde spolu hráči mohou komunikovat, obvykle rozebírat taktiku hry.

Nejčastější formou kyberšikany agresora je znemožňování plnění úkolů ve hře, tak oběti zabraňuje v postupování do dalších úrovní hry, pokusy o vyloučení oběti z kolektivu hráčů. Toto všechno oběti zabraňuje uspokojení hráčské potřeby a začlenění do hráčského kolektivu, a to u něj může vyvolat pocit nezdaru, neschopnosti a selhání.

### **1.2.9 Instant messaging <sup>9</sup>**

Mluvíme zde o konverzaci v prostředí různých komunikačních aplikací, v České republice jsou aktuálně nejvíce používané aplikace Messenger, WhatsApp nebo chaty, které jsou součástí jiných aplikací (například Instagram, Tik tok), dříve byl velmi oblíbený Skype. Výhodou komunikace v reálném čase je okamžité spojení s mým blízkým okolím, nevýhodou může být nepozornost a přílišné sdílení soukromí, neuvědomění si, že jsme stále v online prostoru a naše data mohou být zneužita. Konverzace se může zvrhnout v palbu útočných a nenávistných výroků, občas se stává, že skupina zaútočí na jednotlivce.

## **1.3 Způsoby kyberšikany <sup>10</sup>**

Ve společnosti můžeme zpozorovat více způsobů kyberšikany, jeho přesné definování je v podstatě nemožné, s přicházejícími inovacemi ve světě informačních technologií, se objevují i různé způsoby patologického chování v online prostředí. Jedna z prvních autorek s tématem kyberšikana Nancy Willard (2007) uvádí tyto způsoby kyberšikany:

---

<sup>9</sup> ROGERS, Vanessa. 2011.

<sup>10</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014.

### **1.3.1 Provokování (flaming)**

Jedná se o hádky, ostré výměny názorů mezi jednotlivci či menší skupinou lidí, probíhající v online prostoru, nejčastěji v prostředí chatovacích místností, za účasti ostatních osob, které většinou jen přihlížejí. Agresor se snaží uměle vyvolat ostřejší konverzaci za pomoci urážek a vulgarity vůči oběti. Tuto konverzaci následně zkopíruje a zveřejní, s cílem pošpinit a ublížit oběti.

### **1.3.2 Kyberobtěžování (cyberharrassment)**

Tento pojem jsem již v práci definovala. Obecně řečeno se jedná o obtěžující chování vůči jednotlivci či skupině lidí. Toto chování u oběti může vyvolat pocit úzkosti, strachu a způsobit emoční tíseň. Probíhá nejčastěji formou mobilních zpráv a telefonátů, často i e-mailů. Od provokování se tento způsob liší především svou opakovatelností, probíhá v delším časovém období, bývá více jednostranné, agresor si spíše vybírá jednu určitou oběť.

### **1.3.3 Očerňování (denigration)**

Jedná se o falešně vytvořené informace o konkrétní osobě či skupině lidí, které jsou následně zveřejňované v online prostoru, především na sociálních sítích nebo na internetových stránkách vytvořených k těmto účelům.

Dalším způsobem očerňování je vytvoření a sdílení záměrně upravené fotky a videa oběti, za účelem jejího zesměšnění a ponížení (například upravená fotka Markéty, kde jsme zažlutily zuby a přidaly rohy), poté se fotografie sdílí na internetovou stránku, kde se k ní veřejnost může vyjádřit.

### **1.3.4 Napodobování, vydávání se za oběť (impersonation)**

U tohoto způsobu se agresor zasadí do role oběti, a to cestou získání přihlašovacích údajů od internetových účtů oběti (nejčastěji Facebook, E-mail, Instagram). Poté se zde vydává za oběť a zveřejňuje hanlivé a urážející příspěvky, píše negativní zprávy lidem, které má oběť v přátelích, vymýšlí si o oběti různé lži a ty poté sdílí. Agresor si na účtech oběti může dělat, co chce, pozměnit seznam přátel, věk, pohlaví a podobně. Co se týče e-mailu, posílá za oběť různé nevhodné e-maily, následně smaže historii odesílání, aby zametl stopy a oběť tak nerozumí, proč se jí dostávají negativně reagující e-maily. Tento způsob může být o to více nebezpečný v případě, kdy agresor zneužije cizího účtu k psaní urážlivých zpráv některým z extremistických a nenávistných skupin, a sděluje jim kontaktní údaje oběti (adresa, telefon).

### **1.3.5 Podvádění a odhalování tajemství (outing and trickery)**

Způsob, kdy agresor úmyslně zveřejňuje tajemství, osobní informace a soubory konkrétní osoby či skupiny jedinců do online prostoru (Například agresor nafotí a zveřejní osobní deník oběti, který našel v její lavici). Za účelem ublížení, ponížení a zesměšnění oběti.

### **1.3.6 Vyloučení z online skupiny (exclusion)**

Být součástí skupiny, kolektivu lidí je pro každého člověka základní potřeba, psychologie definuje člověka jako bytost společenskou. Proto může být vyloučení ze skupiny lidí velmi nepříjemnou skutečností, obzvláště pro mladší osoby, které to mou snášet hůře. To samé platí i pro vyloučení z online skupiny.

### **1.3.7 Kyberstalking – pronásledování na internetu (cyberstalking)**

Jedná se o formu pronásledování prostřednictvím elektronického zařízení. Agresor využívá online komunikaci k zasílání vyhrožujících, vulgárních zpráv, kterými se snaží oběť vyděsit a zastrašit. Tato forma pronásledování bývá typická pro bývalé partnery, hned po rozchodu.

Někteří autoři k způsobům kyberšikany přidávají i „fackování pro zábavu“ (happy slapping), tento termín jsem v práci již objasnila.

## 2 Oběť a agresor kyberšikany <sup>11</sup>

### 2.1 Oběť kyberšikany – definice

*„Vymezit jasné charakteristiky obětí kyberšikany je velmi obtížné. Přesto Campfieldová (2006) hovoří (jak u šikany, tak kyberšikany) o výskytu charakterových dispozic, které způsobují větší inklinaci k roli oběti.“<sup>12</sup>*

Obecně se znaky kyberšikany dost podobají znakům klasické šikany, ačkoliv u obětí kyberšikany je vyšší riziko výskytu depresivních symptomů než u obětí klasické šikany. Potencionální oběti se mohou stát osoby, které jsou více uzavřené do sebe, častěji se z věcí stresují, mají nižší sebevědomí a sebehodnocení, mohou trpět nějakou vadou nebo vzhledovou nezvyklostí (poruchy řeči, brýle, akné, křivé zuby).

#### 2.1.1 Nejčastější důvody, proč se oběť nesevěří rodičům nebo dospělému:

Velkým problémem u dětských a dospívajících obětí kyberšikany je ten, že se často nechtějí nikomu svěřit, ze strachu, že jim nikdo nedokáže pomoci, bojí se zhoršení a vystupňování probíhající šikany, často nechtějí rodičům přidělovat starosti, nechtějí přiznat všechny okolnosti, rodiče mohou mít špatnou znalost interaktivních médií, tím pádem nebudou schopni sami oběti pomoci, oběti mají strach, že jim rodiče zamezí v přístupu k internetu. Chtějí se s problémem vypořádat sami. Adolescenti často necítí oporu ani u třídního učitele či jiného pedagoga, mají obavy z nediskrétního zacházení s informacemi, které by následně mohlo přispět k zhoršení celé situace.

#### 2.1.2 Dopad kyberšikany na oběť

Lidé každého věku jsou obecně velmi citliví na jakoukoliv formu útoku, nadávek a urážek, a to jak v reálném světě, tak i v tom internetovém. Často bývá velmi obtížné vyrovnat se s rozšiřováním lží a pomluv o naší osobě. Někdo se dokáže s kyberšikanou či obecně s šikanou vyrovnat lépe, bez větších fyzických a psychických škod, ale pro některé osoby mohou být následky šikany devastující.

Kyberšikana nezahrnuje žádný osobní kontakt, a proto by se mohlo zdát, že nemá až tak špatné dopady na samotného jedince, ale naopak i přes chybějící fyzický aspekt, je velmi psychologicky a emocionálně škodlivá. Oběti vykazují známky osamělosti, odtažitosti, sklony k depresím, sociální problémy, problémové chování. Žáci zasažení kyberšikanou se musí vypořádat s vyšší absencí ve škole, s psychosomatickými nemocemi, nižším sebevědomím, depresemi, sebepoškozováním a sebevražednými myšlenkami.

---

<sup>11</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014.

<sup>12</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014, s.52.



## 2.2 Agresor kyberšikany

Jeho typickým znakem je anonymita, kterou prostřednictvím kyberprostoru může velmi lehce získat, není vůbec složité založit si nový e-mail a následně vytvořit účet na sociálních sítích pod nepravým jménem a cizí fotkou. Častým typem agresora je i ten, který se na internetu vydává za svoji oběť, to znamená, že se naboural do e-mailu nebo účtu oběti.

Některé výzkumy ukazují vyšší zastoupení agresorů u mužů než u žen, naopak jiné výzkumy uvádějí stejné zastoupení obou pohlaví, nebo dokonce i vyšší procento u žen. Agresoři kyberšikany používají jako prostředek obtěžování chytrý telefon, bývají častěji mladší osoby, které umí s novými technologiemi lépe pracovat a dobře se zde orientují. Agresoři často kyberšikanu morálně schvalují, vylévají si tak svoje agresivní chování, mohou se cítit tak trochu mimo školu, a to jim dodává moc šikanovat, často šikanují za podpory spolužáků či kamarádů. Agresoři mají za cíl ublížit, ponížit a zastrašit oběť, ale kolikrát si ani neuvědomují reálný dopad kyberšikany na oběť, nabývají pocitu, že osobně a fyzicky oběti neublíží, tím pádem je oběť bez újmy, neuvědomují si závažnost a dopad jejich jednání na oběť. Aktuálně jsou případy, kdy děti nemají v úmyslu někomu ublížit, jedná se pouze o nějaký vtip na úkor druhé osoby (například sdílení trapné fotky určité osoby na internetu), ale bohužel následně nad tím ztratí kontrolu a vyústí to ve vlnu nenávisti, posměchu vůči oběti.<sup>13</sup>

Agresorem se pravděpodobněji může stát osoba z horších sociálních poměrů, špatným školním prospěchem, s problémovým a patologickým chováním (krádeže, záškoláctví, fyzické napadání), to samozřejmě nevylučuje možnost agresorů z lepších sociálních poměrů s velmi dobrými školními výsledky.<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup> *Kdo jsou vlastně pachatelé kyberšikany?* - E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Copyright © [cit. 24.03.2023]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/kybersikana/1335-kdo-jsou-vlastne-pachatele-kybersikany>

<sup>14</sup> ŠMAHAJ, Jan. 2014.

Ve společnosti se můžeme setkat s několika typy agresorů, nejčastěji se uvádí tyto: <sup>15</sup>

### **2.2.1 Vtipálek**

Tento pojem jsem již nastínila v předchozím odstavci, jedná se o osobu, které do kyberprostoru sdílí kompromitující fotku či video o jiné osobě, ale pouze za účelem pobavení se, jeho hlavním záměrem není osobě ublížit, bohužel se tak stane.

### **2.2.2 Neúmyslný kyberagresor**

Agresor, který má velmi často skrytou identitu. Jeho jednání je ovlivněno především zvýšenou agresivitou a impulzivitou, kterou si na obětech vylévá. Po následném konfrontování agresora, si často neuvědomuje svoje jednání, a především jeho následky.

### **2.2.3 Pomstychtivý andělek**

Hlavním motivem kyberšikany je pomsta. Agresor je velmi dobře obeznámen s kyberšikanou, mnohdy si jí sám prošel, a proto se chce pomstít, věří, že jeho jednání je správné a oběť si to zaslouží.

### **2.2.4 Sprostá holka**

Zpravidla se jedná o děvče, často touží po popularitě a oblíbenosti v třídním kolektivu, nemá tolik zájmu a má hodně volného času, proto si často pro jeho vyplnění zvolí kyberšikanu. Mnohdy útok upadne s mizejícím zájmem publika.

### **2.2.5 Bažící po moci**

Jedná se o nejhorší typ agresora, kdy je cílem jeho jednáním především ublížit a znemožnit oběť. Agresor dává jasně najevo jeho nadvládu, projevuje se zde jeho agresivita, nebojácnost a nerovnoměrné rozdělení moci. Důležitou roli hraje samozřejmě publikum, před kterým se chce předvést.

---

<sup>15</sup> KAVALÍR, Aleš. 2009. *Kyberšikana a její prevence: příručka pro učitele*. Vyd. 1. Plzeň: Pro město Plzeň zpracovala společnost Člověk v tísni, pobočka Plzeň. ISBN 978-80-86961-78-1.

### **3 Bakalářský projekt**

Tento bakalářský projekt je určen pro konkrétní základní školu, cílovou skupinou jsou žáci 7.-8. tříd 2. stupně, nicméně jeden z mých hlavních cílů je projekt vytvořit tak, aby se s ním dalo dále pracovat, popřípadě jej rozvíjet i v rámci jiných cílových skupin a organizací. Tento projekt je konkrétně určen pro Cyrilometodějskou církevní základní školu a jedná se pouze o doplnění školního minimálního preventivního programu o tematiku kyberšikany a bezpečí na internetu.

#### **3.1 Cyrilometodějská církevní základní škola**

Je základní školou v Brně, zřizovatelem je Česká provincie Kongregace sester sv. Cyrila a Metoděje. Jedná se o základní školu úplnou, to znamená, že je zde zastoupen 1. i 2. stupeň základního vzdělání, škola je schopná pojmout až 575 žáků. Nabízí také možnost družiny s kapacitou 175 žáků a školního klubu, 48 žáků, součástí školy je i školní jídelna. Je zde k dispozici široká nabídka volnočasových aktivit pro všechny žáky, děti se často účastní různých vzdělávacích programů, akcí či výletů a exkurzí.

Mohlo by se zdát, že tuto církevní základní školu preferují pouze rodiče s dětmi s určitým křesťanským zázemím, nicméně škola má i spoustu žáků z méně církevně založených rodin, nebo také z čistě ateistických rodin. Cyrilometodějská základní škola je otevřená všem žákům bez ohledu na jejich vyznání, ale samozřejmě je zde víra a duchovní zaměření důležitým aspektem vzdělávání, pouze však přirozenou formou, není v žádném případě nikomu vnucována. Každopádně by měla být žáky bez vyznání tolerována, vzhledem k tomu, že navštěvují církevní školu.

Tuto základní školu jsem navštěvovala i já osobně, proto jsem si ji také zvolila. Za dob mého studia jsem zaznamenala opravdu malý podíl preventivních programů, a to na obou stupních základní školy, po konzultacích a zjišťování bližších informací, se aktuální situace preventivních programů zlepšila, ale stále je na čem pracovat, proto jsem se také rozhodla program vytvořit.

Často se ve společnosti o církevních institucích traduje informace, že se zde jakýkoliv druh šikany objevuje zřídka ne-li vůbec, stále je mezi lidmi zaveden stereotyp církevní školy, to často automaticky znamená „hodná škola“, plná slušně vychovaných, věřících žáků, kteří si neubližují, a to je důvodem minimálního výskytu šikany a jiných sociálně patologických jevů. To je často zcela absurdní domněnka, nikde nemůže být nic zcela bez problémů, šikana či kyberšikana se může projevit kdekoliv, proto je velmi důležité jí předcházet a nejlépe mít účinný preventivní program.

### 3.2 Cíle a hlavní činnost organizace

Základní vzdělávání navazuje na předškolní vzdělávání a rodinnou výchovu. Základní škola je jedinou povinnou organizací v školském systému, kterou žáci musí absolvovat, aktuálně je tedy povinný i poslední rok v předškolním zařízení.

Jedná se o záměrnou vzdělávací a výchovnou činnost. Vzdělávání je rozděleno na dva stupně, 1. stupeň (1.-5. třída) se zaměřuje na získávání základních vědomostí, dovedností a návyků, v podstatě jde o nabytí gramotnosti, co se týče psaní, čtení, počítání. Získání vědomostí v oblastech přírodovědných, humanitních, tělesných, sociálních a občanských. Na 2. stupni (6.-9. třída) jde o rozvíjení vědomostí a dovedností ve stejných oblastech. Jedním ze základních cílů základní školy je vytvoření dostačujícího základu do života a navazujícího studia, škola se snaží své žáky, co nejlépe připravit do života, ať už z hlediska vědomostí, tak i po psychické stránce.<sup>16</sup>

Cyrlometodějská základní škola svou výuku a výchovu zakládá na křesťanských hodnotách, každopádně je otevřená všem žákům, nehledě na jejich vyznání. Tato církevní škola nabízí záměrné a kvalitní vzdělávání, s individuálním přístupem ke každému jedinci, kvalifikovaný učitelský sbor, úzkou spolupráci s rodiči, lyžařské kurzy, školní akce, výlety a podobně.<sup>17</sup>

### 3.3 Lokalita základní školy

Cyrlometodějská základní škola se nachází v Jihomoravské kraji, konkrétně ve městě Brno, na adrese Lerchova 65. Lokalita této školy spadá pod městskou část Brno-střed, to z ní dělá velmi dostupné místo, jak pro městskou hromadnou dopravu (dostupnost tramvajového i autobusového spojení), tak i pro automobily (možnost zaparkování). Škola sice nemá své vlastní parkoviště, ale její lokalita nabízí více parkovacích míst v okolí. Základní škola má své hřiště, které bylo nedávno rekonstruováno. V blízkém okolí je kostel sv. Augustína, jeho farnost úzce spolupracuje se základní školou, konají se zde každou středu školní mše. Obecně okolí školy je velmi příjemné a vhodné pro žáky, nachází se zde poměrně velký park (Kráví hora),

---

<sup>16</sup> RVP ZV – *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* - edu.cz. - Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © 2022 [cit. 12.03.2023]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

<sup>17</sup> Cyrlometodějská církevní základní škola Brno. *Cyrlometodějská církevní základní škola Brno* [online]. Copyright © 2016 [cit. 12.03.2023]. Dostupné z: <https://www.cmczs.cz/>

brněnské planetárium a hvězdárna, plavecký stadion a Wilsonův les, tato všechna místa se dají výborně využít při výuce či rekreaci, nebo zájmových činnostech spojených se školní družinou.

### **3.4 Historický kontext základní školy**

Cyrlometodějská církevní základní škola byla zřízena Českou provincií Kongregace sester sv. Cyrila a Metoděje. Historie školy začíná rokem 1924, kdy na Lerchově ulici začala stavba budovy, která sloužila jako ústav pro mentálně postižené děti, což je aktuální budova školy. Stavba byla hotová po jednom roce, hned po otevření byla k ústavu zřízena i škola pro tyto děti.

Ve stejné budově se také nacházel generalát a noviciát kongregace, a také internát pro studentky, které přijížděly do Brna za studiem, proto bylo nutné přistavět další budovu, to je aktuálně budova dnešního gymnázia a pedagogické školy. V období 2. sv. války byla činnost ústavu a školy pozastavena, pro vojenské účely. V listopadu 1949 pak byla budova školy i s jeho veškerým vnitřním vybavením přidělena velitelství školy Stráže národní bezpečnosti za účelem zřízení školy SNB s internátem.

K aktuální podobě jak základní školy, tak i gymnázia došlo později po sametové revoluci, konkrétně roku 1991, kdy byly obě budovy vráceny kongregaci. Po větších úpravách a rekonstrukci obou budov, z důvodu velmi špatného stavu, byl na základní škole zahájen první školní rok 1992/1993. Školní rok na gymnázium a pedagogické škole byl zahájen roku 1996/1997.<sup>18</sup>

### **3.5 Ekonomická situace**

Církevní škola je dotována Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy podle stejných normativů jako školy soukromé, to znamená různými projekty. Další valná část financí pochází od zřizovatele školy. Aktuálně je dalším významným zdrojem školné, které bylo zavedeno poměrně nedávno, konkrétně školním rokem 2019/2020, cena úplaty za vzdělávání je 3000 korun za školní rok pro žáka.

*„Hlavním důvodem je trvalý nedostatek finančních prostředků určených k dalšímu rozvoji školy, který se týká zejména jejího provozu a materiálního vybavení.“<sup>19</sup>*

---

<sup>18</sup>. *Cyrlometodějská církevní základní škola Brno* [online]. Dostupné z: <https://www.cmczs.cz/>

<sup>19</sup> VOJTĚCHOVÁ, 2019. *Cyrlometodějská církevní základní škola Brno* [online]. Dostupné z: <https://www.cmczs.cz/>

Škola samozřejmě také využívá různých grantů a finančních projektů, zároveň spolupracuje s několika partnery, jako například Ateh, spol. s r. o., Renovabis, Jazyková škola PARK a mnoho dalších. Zároveň se již před nějakou dobou, konkrétně v roce 2009, vytvořilo sdružení na podporu CMcZŠ<sup>20</sup>, které má za úkol zlepšovat finanční situaci ve škole. V poslední řadě je možnost základní škole poskytnout finanční či materiální sponzorský dar, který podpoří její chod. Podrobné informace, jak a kde přispět jsou uvedené na jejich webových stránkách.

### **3.6 Zkušenosti s projekty<sup>21</sup>**

Základní škola má mnoho zkušeností se spoustou projektů, aktivně se účastní především dotačních projektů, které vytváří MŠMT financované Evropskou unií, ale i dalších projektů především spojených s podporou vzdělávání jejich žáků.

Co se týče realizace vlastních projektů, základní škola pořádá spíše více akcí a programů nežli velké projekty. Projekty, kterých je škola součástí:

#### **3.6.1 Otevíráme digitální svět všem**

Jedná se projekt MŠMT, který nabízí základním a středním školám možnost dotací z Národního plánu obnovy na podporu prevence digitální propasti, na digitální prostředky pro základní, střední školy a konzervatoře, které nezřizuje stát, obec či kraj. Cyrilometodějská základní škola z těchto dotací čerpala částku ve výši 90 000 Kč, za tento peněžní obnos byly pořízeny notebooky s příslušenstvím, které si žáci mohou vypůjčit.

#### **3.6.2 Doučujeme na CMcZŠ (jaro a podzim 2022)**

Za stejných podmínek jako u předchozího projektu základní škola využívá i tento, který byl vytvořen na podporu vzdělávání žáků ovlivněných dopadem covidu-19, probíhající prostřednictvím doučování. Škola čerpala dotace ve výši 60 450 Kč (jaro 2022) a 41 700 Kč (podzim 2022), tyto finance škola využila na doučování pro žáky, kteří to nejvíce potřebovali.

#### **3.6.3 Projekt DigiMe (CBC Interreg V-A Österreich)**

Jedná se o Rakousko-Český projekt, který byl vytvořen pro žáky a učitele základních škol, financován Evropskou unií. Je zaměřen na rozvoj digitálních a programovacích dovedností. Obecně se program snaží děti připravit na budoucí profese spojené s tímto oborem, a to takovým způsobem, kdy učitelé dostávají workshopové balíčky s instrukcemi, jak nejlépe

---

<sup>20</sup> Zkratka: Cyrilometodějská církevní základní škola

<sup>21</sup> *Cyrilometodějská církevní základní škola Brno* [online]. Dostupné z: <https://www.cmczs.cz/>

naučit své žáky těmto dovednostem. Mají k dispozici internetový portál se šablonami, pracovními listy a video-tutoriály, které učitelům usnadňují přípravu na výuku.<sup>22</sup>

### **3.6.4 Podpora předškolního a základního vzdělávání ve městě Brně**

Tento projekt realizuje statutární město Brno od roku 2020. Cílem projektu je obecně zvýšit kvalitu předškolního a základního vzdělávání v Brně, to znamená pojmout více dětí do předškolního vzdělávání a následně jim co nejvíce usnadnit přestup na základní školu. Tento projekt je spolufinancován Evropskou unií.

### **3.6.5 Projekt 1+1**

Jedná se o vlastní projekt Cyrilometodějské základní školy, kdy propojili 1.třídy ZŠ a 1. ročník střední pedagogické školy, která sídlí hned v budově vedle a má stejného zřizovatele. V tomto projektu se jedná o spolupráci mezi oběma školami, kdy střední škola využívá možnost vykonání praxe pro jejich studenty právě na základní škole. Zároveň se jedná o propojení těchto dvou věkově rozdílných skupin, tak aby se vzájemně o sobě něco naučili a trochu více přiblížili svým světům. Studentům 1. ročníku pedagogické školy to přinese menší vhled do jejich oboru vzdělávání.<sup>23</sup>

## **3.7 Inovační potenciál**

Cyrilometodějská základní škola je velice aktivní vzdělávací organizací, jak jsme již mohli reflektovat v souvislosti s účastí na projektech. Tato základní škola se soustředí nejen na kvalitní vzdělávání a výchovu svých žáků, ale také na všestranný rozvoj jednotlivých osob. Žáci obou stupňů vzdělávání mají širokou nabídku mnoha aktivit, které jsou součástí výuky nebo jsou žákům nabídnuty mimoškolně, jsou organizovány v rámci družiny.

Samotná výuka je prokládána návštěvami divadel, muzeí, knihoven, hvězdárny, Lipky (školské zařízení pro enviromentální zařízení), navštěvují různé lokace pro terénní výuku (botanická zahrada, parky, lesy), a mnoho dalších. Škola pořádá i své akce, většina z nich jsou dlouholetou tradicí, například „noc s Andersenem“, jedná se o dobrovolné přespání ve škole pro žáky 1. stupně, provázané různými aktivitami na určité téma. Žáci 7.-9. tříd se mohou zúčastnit akce „Ples pro popelku“, jedná se o školní ples pořádaný každý rok. Jak jsem již zmínila, škola pořádá různé výlety, pobytové akce a kurzy.

---

<sup>22</sup>Projektinfo – DigiMe. DigiMe – *Digitale Kompetenzen* [online]. Copyright © 2016 [cit. 25.03.2023]. Dostupné z: <https://digime.europabuero.wien/projektinfo/?lang=cs>

<sup>23</sup> Projekty – Cyrilometodějská církevní základní škola Brno. *Cyrilometodějská církevní základní škola Brno* [online]. Copyright © 2016 [cit. 14.02.2023]. Dostupné z: <https://www.cmczs.cz/projekty/>

Co se týče základní školy v souvislosti s preventivními programy, aktuálně se žáci 3. tříd účastní preventivního programu Pedagogicko-psychologické poradny s názvem „Dobrodružná cesta“ a žáci 6. a 7. tříd mají preventivní program v tentýž organizaci s názvem „zážitky na dluh“. Obecně velká část prevence je zašitovaná v rámci výuky předmětů, pokud se naskytne možnost preventivních programů externě, bývá školou využívána. Přímo ve škole neprobíhají specifické preventivní programy, které by si škola plánovala a pořádala sama. Školní psycholožka vytváří a realizuje programy pro každou třídu ve škole (1. i 2. stupeň), dvě setkání za rok, kdy spíše pracuje s kolektivem třídy a osobnostmi jedinců, jedná se o obecnou a nespecifickou prevenci.



## **4 Charakteristika projektu**

Jedná se o primárně preventivní program kyberšikany, doplněný o zásady bezpečného chování na internetu, sociálních sítích. Cílovou skupinou jsou žáci 2. stupně, konkrétně 7. a 8. tříd. Tento projekt je vytvořen jako doplněk školního preventivního programu v oblasti kyberšikana. Může také sloužit jako příručka pro učitele i rodiče, která jim může v této oblasti pomoci, jak předcházet výskytu kyberšikany a obecně hrozícího nebezpečí na internetu, nebo jak pracovat s již vzniklou kyberšikanou u svých žáků/děti.

### **4.1 Předmět projektu**

Předmětem tohoto projektu je snaha o předcházení výskytu kyberšikany nejen v kolektivu třídy, ale obecně v životech žáků, a to prostřednictvím krátké teorie a aktivit, které jsou určeny k minimalizaci kyberšikany. Součástí preventivního programu jsou i zásady bezpečného chování na internetu, sociálních sítích a rady, jak se ubránit kyberšikaně. Důležitým bodem preventivního programu je nastavit příjemnou a zdravou atmosféru ve třídě, i u každého jedince zvlášť, tak aby se všem dobře pracovalo. Dalším zásadním bodem je, dát žákům vhled do problematiky kyberšikany a obecně hrozícího nebezpečí v online prostředí tak, aby se naučili předvídat a dokázali případně rozpoznat hrozby kyberšikany a hrozícího nebezpečí na internetu, a následně s těmito hrozbami umět pracovat, nejlépe je úplně eliminovat. Dalším důležitým aspektem tohoto projektu je, ukázat žákům, jak je snadné se na internetu za někoho vydávat, a jak jednoduše může někdo zneužít našich osobních údajů, a především naši důvěry a naivity.

### **4.2 Cíl projektu**

Hlavním cílem tohoto projektu je předejít vzniku a výskytu kyberšikany, jak v třídním či školním kolektivu, tak i v osobním životě jedinců, proto se jedná o specifickou prevenci.

Jedním ze záměrů programu je také jedince poučit o hrozícím nebezpečí v digitálním světě a následně jim předat, jak se správně v kyberprostoru chovat, tak abychom zamezili potenciální hrozbě kyberšikany. Neméně důležitým cílem je jedince obeznámit s problematikou a obecně definicí kyberšikany, aby měli základní povědomí o tomto sociálně-patologickém jevu, popřípadě jak se bránit, jestliže se do této situace sami dostanou, nebo někdo v jejich okolí. Dále předat informace o specializovaných orgánech, na které se v případě potřeby mohou obrátit.

Dalším z úmyslů tohoto projektu je schopnost vyjádřit svůj názor a pokusit se rozpoznat znaky nátlaku, manipulace a obecně nebezpečného chování u druhých, rozvíjet u jedinců kritické myšlení, podezřívavost.

Dále pochopit podstatu bezpečného chování v online prostředí, tak abychom zamezili potenciální hrozbě nebezpečí v kyberprostoru. Konkrétní dílčí cíle jsou uvedené u každé aktivity.

Nakonec také předat přehled uvedených aktivit a informací pedagogickému sboru, tak aby byli více vtáhnuti do této problematiky, popřípadě se mohli přiučit novým informacím a konkrétním postupům, jak předejít či pracovat s kyberšikanou v třídním kolektivu, nabídnout jim možnost sebezvzdělávacích kurzů s touto problematikou.

### **4.3 Měřitelné ukazatele cílů projektu**

Je důležité si uvést měřitelné ukazatele cílů, dle nich poté můžeme zhodnotit jejich naplnění. Pro zjištění adekvátního naplnění cílů je potřeba kvalitního monitorování těchto skutečností:

**4.3.1 Aktuální stav výskytu kyberšikanou ve školním prostředí** (monitorování za pomoci rozhovorů, jak s žáky, tak i pedagogy).

**4.3.2 Psychická vyrovnanost a sebevědomí žáků** (monitorování za pomoci anonymních dotazníků zaměřených na psychickou vyrovnanost jedince).

**4.3.3 Sebezvzdělávání a seberozvoj učitelského sboru v oblasti digitálního světa.**

**4.3.4 Aktuální stav školních dokumentů**, jako je školní preventivní program, školní vzdělávací program, školní řád a to, zda je zde uvedena problematika prevence kyberšikanou.

**4.3.5 Znalosti a obezřetnost jedinců v digitálním světě spojené s kyberšikanou** (monitorování za pomoci dotazníků, rozhovoru či pozorováním).

## 4.4 SWOT analýza CMcZŠ

Prostřednictvím SWOT analýzy si ukážeme potřebnost tohoto preventivního programu na základní škole.

+ Silné stránky	- Slabé stránky
<ul style="list-style-type: none"><li>• Silné pedagogické obsazení (metodik prevence, školní psycholog, výchovný poradce, 2x speciální pedagog).</li><li>• Dobré vztahy.</li><li>• Chůť se rozvíjet a inovovat svoji činnost.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Málo obsáhlý preventivní program.</li><li>• Zabývání se jinými sociálně patologickými jevy.</li></ul>
Příležitosti	Hrozby
<ul style="list-style-type: none"><li>• Rozšíření minimálního preventivního programu.</li><li>• Omezení kyberšikany ve školním prostředí, obecně minimalizovat sociálně patologické jevy</li><li>• Možnost vytvářet více preventivních programů.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Málo času.</li><li>• Personální zabezpečení</li><li>• Neaktivita žáků.</li></ul>

### Silné stránky:

Nejsilnější stránku pocítuji v silném pedagogickém zastoupení, především v oblasti výchovného působení. Škola má plně obsazené tyto pozice: školní metodik prevence, školní psycholog, výchovný poradce a dva speciální pedagogy. To znamená více lidí pro realizaci tohoto preventivního programu, nebo obecně plánování preventivního působení ve školním prostředí.

Nadále je velmi silnou stránkou příjemné pracovní prostředí na základní škole, je zde dobrá komunikace, jak mezi pracovníky navzájem, tak i ze stran pedagogů vůči žákům a naopak. Tato skutečnost samozřejmě přispívá k lepší realizaci a spolupráci na preventivním programu.

Důležitým faktorem úspěšné realizace preventivního programu, je chuť se na něčem takovém podílet, snaha o rozvoj a inovaci prevence na základní škole. Tento aspekt určitě základní škola nepostrádá, je obecně velmi aktivní a motivována svoji činností inovovat v různých směrech.

### **Slabé stránky:**

Nejslabší stránkou je ne tolik rozvinutá prevence na základní škole, s tím související málo obsáhlý minimální preventivní program. Hlavní prevence na škole je zahrnutá v rámci výuky v předmětech, předměty a konkrétní prevence je rozepsaná v minimálním preventivním programu. Žáci se dále v rámci prevence účastní konkrétních preventivních programů, pořádané konkrétními organizacemi, například PPP<sup>24</sup>, popřípadě pokud se chce škola zaměřit u třídy na nějaký konkrétní problém, zařídí si externí preventivní program od specializovaného pracovníka. Pokud se v jedné ze tříd objeví sociálně patologický jev, škola postupuje podle krizového plánu, který je vytvořen školním psychologem a metodikem prevence.

Další slabou stránkou je aktuální rozšíření jiných sociálně patologických jevů, konkrétně se mezi žáky 2. stupně rozšířilo zneužívání návykových látek, a to tabákových a nikotinových výrobků. Tato situace se na základní škole řeší již nějaký čas, důvodem této situace by eventuálně mohla být chybějící prevence ohledně návykových látek.

### **Příležitosti:**

Největší příležitost je pro základní školu určitě rozšíření minimálního preventivního programu a obecně zlepšení prevence na základní škole. To napomůže minimalizování projevů kyberšikan, popřípadě dalších sociálně patologických jevů, v případě, zda by se minimální preventivní program rozšířil a obohatil o další problematiku. Tím se nabízí příležitost pracovat na dalších preventivních programech zabývajících se například návykovými látkami, které již škola musela se svými žáky řešit.

### **Hrozby:**

Největší hrozbou může být časová náročnost preventivního programu, který je časově opravdu rozsáhlý, konkrétní pedagogičtí pracovníci by si museli vyhradit více času na jeho realizaci. Mohl by to být jeden z aspektů, proč by tento preventivní program mohl rychle zaniknout, nebyl by na něj dostatečný čas.

Zároveň by mohl být problém najít konkrétního pracovníka, který by se ujal realizace tohoto preventivního projektu, měl by to být metodik prevence, který se konkrétně zabývá kyberšikanou a riziky spojené s používáním digitálních technologií.

Poslední hrozba může být nedostatečná aktivita a motivace žáků, při účasti na preventivním programu, je zásadní žáky dobře motivovat a sestavit program tak, aby především plnil preventivní činnost, ale zároveň byl pro žáky nějakým způsobem zábavný.

---

<sup>24</sup> Zkratka: Pedagogicko-psychologická poradna

## **5 Popis projektu**

### **5.1 Charakteristika současného stavu**

Jak již bylo zmíněno v SWOT analýze, aktuálně je současný stav na základní škole, co se týče prevence, v menší míře zastoupený, a to prostřednictvím prevence ve výuce konkrétních předmětů, do kterých zapadá určitá problematika sociálně patologických jevů, na které bychom měli preventivně působit. Současně se žáci účastní preventivních programů na různá témata, nyní se konkrétně 6. a 7. třídy účastní preventivních programů na téma finanční gramotnost a obecně finance, hospodaření s penězi, organizované PPP. Konkrétně prevence v problematice kyberšikany a bezpečí na internetu je nedostatečná. Úvod do této problematiky je zahrnut ve výuce informatiky.

### **5.2 Charakteristika plánovaného stavu**

Plánovaný stav je obohacení minimálního preventivního programu o problematiku kyberšikany a bezpečného chování v kyberprostoru. Zároveň snaha o předcházení vzniku kyberšikany a napomáhání bezpečného chování na internetu. Vytvoření příjemného a důvěřujícího místa v rámci základní školy, kde budou žáci pocítovat jistotu, bezpečí a pomoc. Dále zlepšení celkového stavu preventivního působení na základní škole.

### **5.3 Cílová skupina**

Tento primárně preventivní program je zaměřený na 2. stupeň základní školy, konkrétně 7.-8. třídy. Toto věkové období je optimální pro realizaci vybraných aktivit na tematiku kyberšikany a bezpečného chování na internetu. Pro tuto věkovou kategorii je používání internetu, sociálních sítí a různých dalších aplikací více než aktuální, o to více na ně musíme začít preventivně působit, co se týče bezpečného chování v kyberprostoru.

### **5.4 Časová náročnost**

Časová náročnost tohoto preventivního programu je 2x 160 minut, součástí je 25 minut přestávka, to znamená 3 vyučovací hodiny (45 minut) + přestávka (25 minut).

### **5.5. Organizační forma**

Tento projekt má dvě části, první část se bude realizována v 1. pololetí (říjen) a druhá část v 2. pololetí (duben), každá část bude mít časovou náročnost 160 minut. Program se uskuteční místo výuky, konkrétně ve třech vyučovacích hodinách v prostorách školy, v ranním až dopoledním čase, nejlépe v kmenové třídě. Každá třída má vyhrazeno svých 135 minut programu + 25 minut přestávka, třídy se nebudou spojovat, z důvodu zajištění ideálního počtu, to znamená maximálně 30 dětí, a také kvůli příjemnějšímu a bezpečnějšímu prostředí osob, které se mezi

sebou dobře znají. Důležitý faktor preventivního programu je třídní kolektiv, se kterým budeme také u každé konkrétní třídy pracovat. Preventivní program se skládá z teoretické a především praktické části, ta bude probíhat prostřednictvím aktivit, které budou provázané kratšími, interaktivními, teoretickými bloky.

## 5.6 Program

Preventivní program se skládá z aktivit, které jsou určené pro žáky 7.-8. tříd, tak aby jim dokázali všichni dobře porozumět a tím pádem i spolupracovat. Pokusíme se na začátek vytvořit příjemné prostředí pro obě strany, abychom vytvořili důvěřující prostor a účastníci se mohli bezpečně a upřímně vyjádřit. Aktivity jsou vytvořené pro minimální počet žáků ve třídě, to znamená zhruba 25-30 žáků.

## 5.7 První blok programu (1.pololetí)

### Úvod

Na úvod žákům představíme, program dne. Prozradíme jim, jak dlouho dobu spolu dnes strávíme, sdělíme jim hlavní téma našeho setkání: kyberšikana a obecně bezpečí na internetu, toto téma nás bude provázet celé dopoledne. Připravíme je na to, že budeme hrát různé hry, aktivity, které nám pomůžou pochopit, jak se správně a především bezpečně chovat na internetu, a jaké nás tam může potkat potenciální nebezpečí. Důležité je, si na začátek vytyčit základní pravidla, konkrétně: všechny aktivity jsou zcela dobrovolné, pokud se někdo nebude cítit účast, stačí říct. To stejné platí pro vyjádření názoru, je potřeba děti ujistit, že se nacházíme v bezpečném prostoru a všechny informace, co zde zaznějí, zůstanou pouze mezi námi.

### Alabu čika bu <sup>25</sup>

Cíl: Aktivita jejímž cílem je nastartování a uvolnění účastníků, příprava na to, že se bude něco dít a bude potřeba pozornost, následně se nám s žáky bude lépe pracovat, než kdybychom začali hned aktivitami zaměřené na prevenci. Záměrem aktivity je také prolomení počátečních bariér a studu v kolektivu a zároveň jeho stmelení.

Časová náročnost: 5 minut

Organizační forma: hromadná, aktivita bude probíhat ve třídě

Pomůcky: žádné

Postup:

- Všichni si stoupneme do kroužku, tak abychom na sebe viděli.

---

<sup>25</sup> Zdroj neznámý: aktivita převzatá z tábora

- Naučíme se společně lehký pokřik, který budeme potřebovat: Alabu čika bu (řeknu já a oni to stejné zopakují), Alabu čika vaka, čika vaka, čika bu (řeknu já), oni to stejné zopakují, Áha (řeknu já a oni zopakují), Ou já (řeknu já a oni zopakují), One more time (řeknu já, oni zopakují). Pokřik funguje na principu ozvěny, jeden vždy předříkává a ostatní opakují. Párkrát si pokřik zopakujeme, abychom si jej zapamatovali.
- Když už všichni umíme pokřik, začneme jej různě modifikovat a dávat do jiných rolí, to už záleží na nás. Např.: Budeme mluvit, co nejvíce potichu nebo co nejvíce nahlas, budeme mluvit jako senioři nebo jako pubertáči.
- Pokřik se dá modifikovat do určitých rolí a podob. Kdo budeme mít chuť, může se zhostit role předříkávacího.

Reflexe:

Aktivita je opravdu na odreagování a uvolnění se. Na konci si sedneme do kroužku a shrneme aktivitu tak, že se žáků zeptáme, jestli se trochu probrali, jestli mají víc energie a bude se jim teď lépe pracovat.

### **Můj internetový profil<sup>26</sup>**

Cíl: Cílem této aktivity je bližší poznání mezi žáky, ale i mezi vedoucími programu, kteří potřebují žáky blíže poznat. Jedním z úmyslů aktivity je uvědomění si, co na internetový profil patří a co naopak ne. Je potřeba, aby žáci pochopili, jak o sobě předat informace, tak aby je to následně nemohlo nijak ohrozit. Důležité je žáky poučit o tom, že sociální sítě jsou věkem omezené, můžou si je založit od 13 let. Žákům by již mělo být 13 let, pokud někomu bude ještě 12 let, upozorníme ho, že si na této aktivitě vyzkouší, jak by si v budoucnu mohl vytvořit vlastní bezpečný profil. Samozřejmě musíme počítat se skutečností, že většina žáků si profil zakládá dříve, než je povoleno, proto je zde tato aktivita zařazena.

Časová náročnost: 30 minut

Organizační forma: ve dvojicích a poté hromadná, aktivita bude probíhat ve třídě

Pomůcky: pastelky, fixy, tvrdý papír velikosti A4, kde bude předtištěný obrázek telefonu (viz.

Příloha 1), jmenovky

---

<sup>26</sup> Zdroj: mnou vymyšlená aktivita

### Postup:

- Žáky si rozdělíme náhodně do dvojic, například formou losování, kdy si z neprůhledného pytlíčku vylosují žeton určité barvy, poté utvoří dvojici s osobou s žetonem stejné barvy. Pokud bude lichý počet, utvoříme jednu trojici.
- Každý dostane jeden papír a psací potřeby, žáci si sednou ve dvojici na nějaké klidnější místo ve třídě. Každý z dvojice bude mít 5 minut na to, aby se představil a řekl o sobě cokoli, co bude chtít, více podrobněji nebo méně, záleží na něm.
- Poté se vymění a mluví dalších 5 minut druhý z dvojice, opět cokoli o něm, o jeho rodině, životě a podobně.
- Následně dostanou 10-15 minut na to, aby tomu druhému vytvořili facebookový nebo instagramový profil (záleží, jakou aplikaci aktuálně více používají) na papíře s vytištěným mobilem (viz. Příloha 1). Mohou psát, kreslit, malovat, fantazii se meze nekladou.
- Důležité je, aby ani jeden z dvojice neviděl, co ten druhý vytváří a nemůže to nijak komentovat a říkat, co na jeho profilu má být a co nemá.
- Následně si svoje profily předají.
- Na závěr si sedneme všichni do kroužku a před sebe dáme svoje profily. Půjdeme postupně, ten, kdo bude na řadě, ukáže před sebou svůj profil, ostatní řeknou, co z tohoto profilu můžeme o dané osobě zjistit.
- Takhle to proběhne u každého žáka.
- Následně si žáci napíší jméno na bílou samolepku a nalepí si ji viditelně na oblečení, abychom je mohli oslovovat jménem.

### Reflexe:

Je důležité se po téhle aktivitě zaměřit na reflexi, ta proběhne opět v kroužku. Jeden dostane „mluvítko“ třeba nějaký míček, které určuje, kdo v dané chvíli mluví. Budeme se ptát na tyto otázky: Jsi se svým profilem spokojená/ý? Změnil/a bys něco? Má někdo pocit, že některé informace jsou moc osobní? Pokusíme se zavést diskusi na téma, co na internetový profil patří, a co ne. Následně si rozdělíme tabuli nebo velký papír na dvě strany, na jednu sepíšeme, co na profil patří (jméno, věk, koníčky, oblíbené věci, fotky s kamarády, obecně ne nijak osobní a konkrétní fotografie, ...) a co nepatří (bydliště, škola a jiné osobní informace, nevhodné a příliš intimní fotografie, ...).



## **Modelové situace <sup>27</sup>**

Cíl: Hlavním cílem této aktivity je podvědomě působit na žáky tak, aby si osvojili základy bezpečného chování v digitálním světě. Dále uvědomění si, jak se sami svým neomaleným jednáním mnohdy můžeme ohrozit.

Časová náročnost: 35 minut

Organizační forma: skupinová (6 skupin), aktivita se bude konat ve třídě

Pomůcky: libovolné rekvizity, které děti sami uznají za vhodné, papír a tužka, témata modelových situací na papírku (viz příloha 2)

Postup:

- Žáky si rozdělíme do náhodných skupinek, formou výběru šesti kapitánů, ostatní žáci si rozdají čísla, kapitáni poté budou volit čísla, a ten, kdo toto číslo má, jde ke svému kapitánovi, tak se nám vytvoří šest náhodných skupinek.
- Následně každé skupině dáme na papíru napsanou situaci, kterou následně budou muset zahrát podle svých představ (viz. příloha 2).
- Dostanou zhruba 15 minut na secvičení scénky, vše je na nich, rozdělení rolí, zda použijí rekvizity, jedinou podmínkou je délka scénky, a to 3-5 minut.
- Poté postupně předvedou své scénky před zbytkem třídy, na začátku každé scénky nahlas přečtou téma, které jim bylo určeno. Ostatní si budou psát poznámky ke každé scénce, co se jim tam líbilo či nelíbilo, důležité je napsat aspoň jednu pozitivní věc, kterou na scénce shledali. Dále si zapíší, jestli by se dalo zachovat v dané situaci i trochu jinak.

Reflexe:

Po všech zahráných scénkách si opět sedneme do kroužku a budeme diskutovat. Postupně si probereme každou scénku, kdo bude chtít může se vyjádřit, co si zapsal do poznámek, podmínkou je, začít vždy tou pozitivní věcí, kterou si měli zapsat. Následně vše prodiskutujeme, pokusíme se žákům předat, jak by bylo nejlepší se v dané situaci zachovat. Kdo bude chtít můžete tu „ideální verzi“ ještě sehrát.

---

<sup>27</sup> Zdroj: veřejně známá aktivita + mnou vymyšlené situace

## **Internetové pojmy <sup>28</sup>**

Cíl: Seznámení s pojmy, používané v online prostoru, popřípadě v kontextu s kyberšikanou.

Pochopení a zautomatizování těchto pojmů.

Časová náročnost: 15 minut

Pomůcky: papír s internetovými pojmy (jedna kopie do dvojice) (viz. Příloha 11), papír s internetovými pojmy a se správnými definicemi (viz. Příloha 12), psací potřeby, čisté papíry A4, dataprojektor a notebook

Organizační forma: skupinová a hromadná, ve třídě

Postup:

- Žáci se rozdělí do libovolných dvojic, do dvojice dostanou papír s internetovými pojmy, ke každému pojmu se pokusí vymyslet adekvátní definici, pojmy: kyberprostor, screenshot, 2FA, hoax, flaming/troling, kybergrooming, influencer, spam, netolismus.
- Poté se spojí tři dvojice dohromady a vytvoří skupinu o 6 lidech, dají dohromady své definice, shodnou se poté společně na jedné oficiální ke každému pojmu, ty poté sepíší na čistý papír.
- Následně si sedneme do kroužku, tak aby skupinky seděly u sebe a každá nám přečte své definice.
- Poté si na dataprojektoru promítneme správnou verzi (viz. Příloha 12).

Reflexe:

Řekneme si, co bylo pro děti náročné, jaké pojmy slyšely úplně poprvé a jaké už znají, které pravidelně používají a podobně.

## **Přidej si kamaráda <sup>29</sup>**

Cíl: Hlavním cílem této aktivity je žákům ukázat, že na internetu nemůžou věřit každému, jak je zde velmi snadné lhát a vydávat se za někoho jiného. Úmyslem je také rozvíjet u žáků podezřívavost, obezřetnost a pokusit se v nich podpořit opatrnost v navazování přátelství v kyberprostoru.

Časová náročnost: 20 minut

Organizační forma: skupinová a hromadná, aktivita bude probíhat ve třídě

---

<sup>28</sup> Námět na aktivitu od: ROGERS, 2011.

<sup>29</sup> Námět na aktivitu od: ROGERS, 2011.

Pomůcky: 8x obálek, lepidlo, tužka a papír, kartičky s identitou potenciálních přátel – pouze dva profily jsou reálné, Lukáš a Markéta, ostatní jsou lživé nebo úplně vymyšlené (viz. Příloha 4)

Postup:

- Žáci se rozdělí do osmi skupin a sednou si spolu ke stolu. Každá skupinka dostane jednu obálku, na ní bude napsané číslo a nalepený papírek s profilem, potenciálního kamaráda, který jim poslal žádost o přátelství. Uvnitř obálky bude pravá identita tohoto potenciálního přítele.
- Každá skupinka si společně prostuduje údaje na obálce a rozhodne se, zda přijmou tuto žádost o přátelství, a to tak, že si na papír napíší číslo obálky, a také, jestli žádost přijímají či nikoliv.
- Následně pošlou obálku další skupince (ještě je nikdo neotevřou, otevřou se na konci). Takto se všech osm obálek vystřídá ve všech skupinkách. Žáci ve skupince si budou postupně zapisovat svoje rozhodnutí na papír.
- Poté co se ke skupinám vrátí jejich první obálka, začneme obálky postupně otvírat. Nejdřív nám skupinka řekne, jaký profil mají na obálce, poté sdělí, jestli by si ho přidali do přátel či nikoliv, ostatní skupinky řeknou jejich volbu. Poté otevřou obálku a přečtou nahlas pravou identitu profilu.
- Následně proběhne kratší diskuse, kdo je překvapený a kdo ne, jestli by se to v reálném světě dalo odhalit a podobně. Jaký je důvod vymyšlení si identit, nebo vylepšování si údajů o sobě samém.
- Tímto způsobem budeme pokračovat dál, dokud se neotevřou všechny obálky.

Reflexe:

Po ukončení této aktivity si opět sedneme do kroužku a doprostřed dáme kartičky z obálek. Pokusíme si tuto aktivitu ještě trochu zhodnotit, zeptáme se na tyto otázky, které by mohly vytvořit zajímavou diskusi: Jaký profil vám přišel nejvíce lživý, u kterého jste hned poznali, že tady něco nesedí, a naopak který vám přišel nejvíce důvěryhodný? Mohlo by vám hrozit nějaké nebezpečí, kdybyste si přidali do přátel osobu s falešným profilem? Koho si nejlépe přidávat do přátel na internetu, aby mi nehrozilo žádné nebezpečí? Základní pravidlo: nikdy si nepřidávej do přátel někoho, koho neznáš!

## **Kvíz – digitální technologie, obecně kyberšikana <sup>30</sup>**

Cíl: Žáci dostanou menší vhled a základní informace k problematice kyberšikany. Cílem je, aby dokázali objasnit pojem kyberšikana, jaké může mít formy a způsoby.

Časová náročnost: 15-20 minut

Organizační forma: skupinová (4 skupiny), aktivita bude probíhat ve třídě

Pomůcky: větší papír (plakát), psací potřeby, pracovní list (viz. Příloha 3), počítač a dataprojektor

Postup:

- Žáci se libovolně rozdělí do 4 skupin a sednou si k většímu stolu, tak aby se vzájemně nerušili. Dostanou do skupiny jeden velký papír a psací potřeby.
- Na projektoru se vždy objeví otázka či úkol:
  1. Vypište všechny způsoby, jak můžeme komunikovat v digitálním světě. (Správná odpověď: zprávy, emaily, telefonem, přes počítač, chatovací místnosti, online hry, telefonáty a tak dále. To znamená prostředky kyberšikany).
  2. Kdo je podle vás pachatel kyberšikany? (Správná odpověď: není úplně jednoznačná, každý si ji může vyložit jinak, jádro odpovědi je osoba, která používá digitální technologie k ubližování druhé osobě.).
  3. Jak mi může pachatel kyberšikany ublížit, co mi může udělat? (Správná odpověď: opět není úplně jednoznačná, cílem je, abychom se dostali ke způsobům kyberšikany)
  4. Napište výhody a nevýhody sociálních sítí. (Správná odpověď: není jednoznačná, výhody mohou být: kontakt s okolím, jak z jejich strany, tak z mé strany, využití volného času, inspirace, pobavení se. Nevýhody: hrozba kyberšikany, zneužití osobních údajů, demotivace a deprivace z konzumování přeměřkovaného obsahu).
  5. Jak byste jednali, kdybyste se stali obětí kyberšikany? (Správná odpověď: opět zde není jedna konkrétní správná odpověď, každopádně důležité je svěřit se někomu blízkému, nenechávat si to jen pro sebe, řešit to s dospělým).
- Poté co si skupiny zodpovědí a zapíšou svoje odpovědi, proběhne diskuse, kde si postupně přečteme odpovědi na dané otázky.

---

<sup>30</sup> Námět na aktivitu od: ROGERS, 2011.

- K tomu budeme promítat prezentaci, v níž jsou odpovědi na dané otázky a k tomu stručná teorie. Bude to probíhat tak, že se přečte jedna otázka, každá skupina řekne odpověď, kterou následně můžeme diskutovat, a po každé otázce přijde stručné teoretické okénko, se správnou odpovědí.
- Takhle proběhnou všechny otázky a k nim teorie.

Reflexe:

Následně žáci dostanou pracovní list (viz. Příloha 3), který každý sám vyplní, poté si sedneme do kroužku, společně si ho zkontrolujeme. Pracovní list si mohou ponechat jako učební pomůcku. Na závěr nastane prostor pro otázky a nejasnosti.

### **Závěrečná aktivita– základní pravidla prevence na sociálních sítích, jak se bránit kyberšikaně<sup>31</sup>**

Tyto aktivity budou uzavírat první blok preventivního programu.

Cíl: Hlavním cílem tohoto závěru je předat žákům zásadní a důležité informace, jak se chovat bezpečně na internetu a následně, jak se bránit kyberšikaně, když se stanou její obětí. Ukotvit u žáků základní pravidla bezpečného chování na internetu, dále v nich podpořit odvahu se bránit a nebát se problémy řešit.

Časová náročnost: 20-30 minut

Pomůcky: vytištěná pravidla prevence na sociálních sítích (viz. Příloha 6), vytištěné rady, jak se bránit kyberšikaně (viz. Příloha 7), ukazatele LIKE a DISLIKE (viz. Příloha 8) - ty budou vyrobené z vytištěného obrázku, přilepeného izolepou na špejli; papíry, špejle, izolepa, všechno vytisknout tak, aby měla každá osoba jeden výtisk, rekvizity: židle, stůl, notebook

Organizační forma: hromadná, ve třídě

Postup:

- Žáci si sednou do půlkruhu a každý jeden z nich dostane ukazatel LIKE a ukazatel DISLIKE. Uprostřed uděláme místo, kde bude židle, stůl a na něm notebook.
- Uprostřed půl kruhu se odehraje situace/scénka a žáci zareagují svými ukazateli, zda je situace v pořádku, ukážou LIKE a pokud je v nepořádku, ukážou DISLIKE.
- Scénky budou předvádět dva organizátoři/vedoucí programu.

---

<sup>31</sup> Zdroj: mnou vymyšlená aktivita

- Konkrétní scénky:
  1. Sedíme s kamarádkou ve třídě, ona mě požádá, zda jí dám přístup na můj Facebook, chce mi pomoc s psaním klukovi, co se mi líbí. Já jí ho dám, protože sama nevím, co danému klukovi psát. (Správná odpověď je DISLIKE, nikdy nikomu nedávej přístup na své sociální síť).
  2. Zrovna jsem začala chodit na střední školu, dám tuto informaci na Instagram i s přesnou polohou školy, abych se podělila o tuhle super novinku. (Správná odpověď je DISLIKE, nikdy nesdílej online svoje osobní údaje).
  3. Mám soukromý Instagram, aby mě mohli sledovat jen kamarádi, rodina a lidi, které opravdu znám. (Správná odpověď je LIKE, je důležité mít na sociálních sítích pouze lidi, které opravdu znám).
  4. Zrovna na mě vyskočil na internetu nějaký odkaz na počítačovou hru, která stojí normálně 500,-, ale tady si ji můžu stáhnout zdarma. Radši ho nebudu otvírat, je dost možné, že to bude spam, nevypadá to moc věrohodně. (Správná odpověď je LIKE, je důležité být obezřetný při klikání na různé odkazy, často jsou to viry a spamy).
  5. Chci si založit Instagram, ale nevím, jaké si dát heslo, dám si něco lehkého ať si to snadno zapamatuji, třeba jana123. (Správná odpověď je DISLIKE, heslo by mělo být silné a mělo by být kombinací velkých, malých písmen a číslic, určitě ne vaše jméno a 123).
  6. Jsem venku s kamarádkou, chtěly bychom, aby se k nám přidali další lidi, ať je zábava, sdílím proto svoji polohu na Instagramu a napíšu ať se k nám někdo přidá. (Správná odpověď je DISLIKE, nikdy nesdílej svoji aktuální polohu online).
  - Po každé konkrétní scénce si zhodnotíme hlasování žáků, spočítáme správné a špatné odpovědi a objasníme si tu správnou odpověď. Vždy necháme prostor žákům se vyjádřit, jestli se jim něco nezdá, zda by udělali něco jinak a podobně.

#### Reflexe:

Následně spojíme půl kruh do jednoho kroužku a zhodnotíme celou aktivitu, rozdáme každému vytištěná pravidla bezpečného chování na sociálních sítích (viz. Příloha 6), které byly reflektované v konkrétních scénkách. Přečteme si je nahlas, žáci si pravidla odnesou domů, doporučíme jim, aby si pravidla dali někam, kde je budou mít na očích.

Vysvětlíme jim, že tyto pravidla jsou důležitá, proto aby se nedostali do styku s kyberšikanou, ale kdyby se přece jen stalo, že se stanou obětí nebo někdo z jejich blízkých se s kyberšikanou bude či už aktuálně potýká, rozdáme jim vytištěné rady, jak se kyberšikaně ubránit (viz. Příloha 7). Opět si je společně přečteme a projdeme, dovysvětlíme, odpovíme na otázky, pokud nějaké budou. Papír si opět odnesou domů. Oba papíry jim necháme i ve třídě, aby si je zde pověsily na viditelné místo.

### **Zhodnocení a závěr** <sup>32</sup>

**Cíl:** Cílem této poslední aktivity je závěrečné zhodnocení první části tohoto preventivního programu. Je to důležité jak pro nás, abychom se dozvěděli, co bylo dobré a na čem ještě zapracovat, tak i pro žáky, aby byli schopni reflektovat uplynulý program a konstruktivně ho zhodnotit.

**Časová náročnost:** 5 minut

**Pomůcky:** tužka, zelené papírky a červené papírky, schránka na papírky

**Organizační forma:** individuální, ve třídě

**Postup:**

- Každý žák dostane tužku, jeden zelený papírek a jeden červený.
- Na zelený žáci napíší, co se jim na dnešním programu líbilo, co se naučili, co nového se dozvěděli, co je mile překvapilo nebo jaká aktivita se jim líbila nejvíce, zkrátka něco pozitivního.
- Na červený papírek napíší něco, co je tolik nebavilo, co by se dalo zlepšit, čemu konkrétnímu by se třeba chtěli věnovat příště.
- Stačí stručně a pokud nebudou vědět, mohou napsat, že neví, ale pobídneme je, že aspoň na ten zelený papírek by mohli něco napsat, vždy se dá najít něco pozitivního.
- Svě odpovědi hodí do schránky.
- **Důležité:** žáci si musí zelený papírek podepsat, u červeného není třeba.

**Reflexe a závěr:**

Na závěr poděkujeme žákům za účast a spolupráci, rozloučíme se. Připomeneme, že se uvidíme ještě jednou v 2. pololetí. Na závěr zdůraznit, že pokud má někdo nějaký problém, nebo se aktuálně potýká s nějakým druhem kyberšikany, on nebo někdo z jeho okolí, může se na nás kdykoliv obrátit (ponecháme na sebe kontakt).

---

<sup>32</sup> Zdroj: mnou vymyšlený závěr a zhodnocení

Důležité je zmínit, že vždy je zde někdo, kdo jim dokáže pomoc, rodiče, učitel, sourozenec, kamarád, nikdy se nebát, říct si o pomoc. Doporučit <https://www.linkabezpeci.cz/> .

## 5.8 Druhý blok programu (2.pololetí)

### Úvod

Na úvod se s žáky přivítáme, opět objasníme, proč jsme se tady sešli a co se dnešní dopoledne bude dít. Téma tohoto programu se bude týkat opět kyberšikany a bezpečí na internetu, časová náročnost bude stejná jako u prvního bloku. Na začátek si znovu vymezíme stejná pravidla.

### Provlékání<sup>33</sup>

Cíl: Cílem této první aktivity je rozproudnění účastníků, probuzení a připravení žáků na to, že se bude něco dít. Záměrem je, aby opadl první stud a strach, aby se žáci uvolnili a dostali do dobrého rozpoložení. Tato aktivita podporuje utužování vztahů v kolektivu.

Časová náročnost: 5 minut

Pomůcky: 2x obruč

Organizační forma: hromadná, ve třídě

Postup:

- Všichni si stoupneme do kroužku a chytíme se za ruce. Jedna dvojice se rozpojí a uzavře svými rukama obruč, tak aby byla součástí kruhu.
- Úkolem nás všech je dostat obruč kolem celého kolečka bez toho, aniž by se kdokoliv rozpojil. Stále musíme být v uzavřeném kruhu, nikdo se nesmí rozpojit a posunou tak obruč.
- Pokud se nám takto povede přemístit obruč v celém kroužku, přidáme ještě jednu.

Reflexe:

V rychlosti si zhodnotíme, jak se žákům aktivita líbila, jestli to bylo lehké nebo těžké, zda jim tato aktivita byla příjemná.

---

<sup>33</sup> Zdroj neznámý: aktivita převzatá z tábora



### **Moje jméno** <sup>34</sup>

Cíl: Cílem této aktivity je zopakování jmen (to je především pro organizátory/vedoucí, žáci se již dobře znají). Dále také uvedení žáků do děje, do tématu. Chceme žáky rozmluvit a nechat je se malinko otevřít.

Časová náročnost: 10 minut

Pomůcky: jmenovky – bílé samolepky, psací potřeby

Organizační forma: hromadná, ve třídě

Postup:

- Sedneme si do kroužku, každý dostane bílou samolepku a psací potřeby, napíše si na ni své jméno, kterým chce oslovovat a nalepí si samolepku na viditelné místo na oblečení.
- Poté půjdeme postupně, každý má za úkol říct své jméno, a jak nejčastěji tráví svůj čas na internetu (například: online hry, sociální sítě, YouTube videa, vyhledávání informací, Netflix,...).
- Tímto způsobem se každý představí.

Reflexe:

U této aktivity není třeba nějaké specifické reflexe. Na konci si pouze shrneme, co se objevovalo nejčastěji a doplníme, co všechno se na internetu dá dělat.

### **Rekapitulace prvního bloku** <sup>35</sup>

Cíl: Záměrem této aktivity je žákům připomenout, co jsme se naučili a rozebírali v předešlém bloku, pokusit se je opět vtáhnout do dané problematiky a psychicky se nastavit na toto téma. Cílem je připomenout danou problematiku, aby se nám lépe navazovalo na další blok aktivit.

Časová náročnost: 10-15 minut

Pomůcky: zelené papírky z minulého bloku (z 1. pololetí)

Organizační forma: hromadná, ve třídě

Postup:

- Opět si sedneme do kroužku a rozdáme zelené papírky jejich majitelům, podle podpisu.
- Postupně půjdeme po kroužku, každá osoba přečte nahlas svůj papírek, na kterém by mělo být napsané něco, co se žákům líbilo, překvapilo, zkrátka něco pozitivního z minulého bloku.

---

<sup>34</sup>Zdroj: mnou vymyšlená aktivita

<sup>35</sup>Zdroj: mnou vymyšlená aktivita

- Po každém přečteném papírku se ve zkratce pokusíme objasnit a připomenout, o co se jedná, o jakou konkrétní aktivitu šlo a podobně.

Reflexe:

Na závěr si opět vezmeme pravidla bezpečného chování na sociálních sítích z předešlého bloku, přečteme si je a povedeme diskusi, zda je někdo v uplynulém čase použil, kdo se jimi aktuálně řídí, kdo naopak ne.

### **Bezpečný profil na internetu <sup>36</sup>**

Cíl: Úmyslem této aktivity je, aby si žáci uvědomili, jak je snadné lhát na internetu, a jak je nelehké rozpoznat tuto lež. Cílem této aktivity je podvědomě působit na žáky, aby si hlídali své soukromí a nesdělovali přebytečné informace v online prostoru. Opět poučíme o věku, kdy si mohou založit profil na sociální síti.

Časová náročnost: 25 minut

Pomůcky: papírová krabice, psací potřeby, papír A6

Organizační forma: individuální a hromadná, ve třídě

Postup:

- Každý dostane jeden papír a psací potřeby, úkolem každého je, napsat na papír svoje jméno, poté tři libovolné informace, jedna musí být lživá, důležité je upozornit žáky, aby lživá informace byla co nejvíce pravděpodobná.
- Poté tento papír vhodí do prázdné krabice.
- Sedneme si kolem krabice, postupně každý z nás vylosuje jeden papír a přečte ho nahlas.
- Ostatní budou hlasovat, která z informací je lživá.
- Osoba, která na papír informaci psala, následně prozradí správnou odpověď.
- Kdo odpověděl správně, napíše si čárku, osoba s největším počtem správných odpovědí dostane malou odměnu (čokoládu).

Reflexe:

Je důležité si po této aktivitě udělat reflexi, a to ve formě diskuse. Budeme s žáky probírat, jak těžké bylo rozpoznat, co je lež a co pravda. Vítěz se s námi může podělit o to, jak lež rozpoznal. Převedeme aktivitu do reálného života, žáci nám vyjmenují, co za informace na profil určitě nepatří, a co se naopak hodí sdílet. Poradíme jim, že na internetový profil by se neměly dávat informace, které bychom neřekli cizímu člověku na ulici.

---

<sup>36</sup> ROGERS, 2011.

### **Podpisovka na téma online prostředí <sup>37</sup>**

Cíl: Záměrem je dozvědět se něco nového o mých spolužácích, dále svěřit se a uvědomit si, že nejsem sám. Úmyslem aktivity je naučit žáky lepší obezřetnost v online prostředí.

Časová náročnost: 15-20 minut

Pomůcky: vytištěný formulář na podpisy (viz. Příloha 9)

Organizační forma: hromadná a individuální, ve třídě

Postup:

- Rozdáme žákům formulář (viz. Příloha 9) a něco na psaní. Žáci budou chodit libovolně po třídě a hledat spolužáky, kteří se jim podepíší, pouze však k tvrzení, které ohledně nich platí.
- Úkolem je, co nejrychleji získat všech deset podpisů, kdo má všechny, posadí se a počká.
- Aktivita bude probíhat do doby, kdy bude mít většina třídy splněno.
- Osoba, která bude mít jako první všech deset podpisů, dostane menší odměnu (čokoládu).

Reflexe:

Následně si sedneme všichni do kruhu, postupně budeme číst výroky z formuláře, náhodně si vyvoláme 2-3 osoby, aby mi přečetly, koho mají u tohoto výroku podepsaného. Zeptáme se, jestli k tomu dotyčný chce něco říct, objasnit. Pokud ne, nemusí. Musíme zdůraznit, že nikdo není povinen odpovídat. Na závěr je důležité říct, že nic není špatně, musíme však připomenout rizika, která hrozí, když něco z uvedených výroků uděláme. Je důležité předvídat a jednat bezpečně, s myšlenkou zda mi nehrozí nějaké nebezpečí.

### **Židličková aktivita <sup>38</sup>**

Cíl: Hlavním cílem je odreagování se od náročnějších aktivit. Nabrání nové energie a přesunout myšlenky na něco jiného. Dalším aspektem je upevnit a podpořit třídní kolektiv, podpořit u nich rozvoj spolupráce, komunikace mezi sebou, schopnost domluvit se na něčem.

Časová náročnost: 10 minut

Pomůcky: židle (stejný počet jako je žáků)

Organizační forma: hromadná, ve třídě

---

<sup>37</sup> Zdroj neznámý: veřejně známá aktivita aplikovaná na téma online prostředí + mnou vymyšlený podepisovací formulář

<sup>38</sup> Zdroj neznámý: aktivita převzatá z adaptačního kurzu

#### Postup:

- Po místnosti se libovolně postaví židle, tak aby každý měl své místo, na to si také sedne, zvolí se jeden člověk, který si stoupne do nejbližšího rohu od své židle.
- Následně se řekne start, dotyčný si musí sednout na jakoukoliv volnou židli, ostatní mu v tom musí zabránit tak, že si na ni sednou oni sami.
- Pokud dotyčnému někdo zasedne židli, vydá se k jiné volné, a takto pořád dokola, dokud si na nějakou volnou židli nestihne sednout.
- Dotyčná osoba nesmí utíkat, chodí normální chůzí. Jde opět o taktiku, třída se musí za pochodu domlouvat, kdo danou židli zasedne.
- Hra se ukončí, pokud dotyčný zasedne volnou židli, nebo pokud třída aspoň 3 minuty zvládne úspěšně obsazovat židle.
- Dotyčný může být následně změněn. Můžeme dělat pauzy na porady, aby třída mohla probrat taktiku.

#### Reflexe:

Rychlá reflexe, jak se žákům pracovalo, co bylo nejtěžší, zda jako kolektiv pracovali správně.

#### **Video na téma kyberšikana<sup>39</sup>**

Cíl: Cílem je dát žákům zase o něco bližší vhled do problematiky kyberšikany, a to za pomoci videa, které ukazuje konkrétní případ kyberšikany. Záměrem je projevení emocí a názorů na danou problematiku, otevření a vcítění se do dané situace.

Časová náročnost: 20 minut

Pomůcky: video<sup>40</sup>, tabule a dataprojektor

Organizační forma: individuální a hromadná, ve třídě

#### Postup:

- Pustíme žákům film, poté jim dáme chvíli na vstřebání dojmů, pokud budou chtít pustit film ještě jednou, pustíme ho znovu. Zároveň je na konci videa otázka, jak by se zachoval divák. Na tu si každý z žáků pokusí odpovědět, sám pro sebe.
- Následně vyzveme žáky, aby popsali jejich dojmy z filmu, ale pouze jedním slovem.
- Půjdeme postupně a budeme zapisovat jednotlivá slova na tabuli, slova se mohou opakovat (napíšeme k nim vždy čárku).

---

<sup>39</sup> ČLOVĚK V TÍSNI o.p.s., PEDAGOGICKO PSYCHOLOGICKÁ PORADNA PLZEŇ, 2009.

<sup>40</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=s\\_5g2fvsjVs&t=60s](https://www.youtube.com/watch?v=s_5g2fvsjVs&t=60s)

- Následně se pokusíme na tabuli vytvořit myšlenkovou mapu, co mají slova společné, co bychom ještě mohli přidat.

Reflexe:

Sedneme si do kroužku a pokusíme si znovu projít obsah videa. Žáci mohou znovu zhodnotit film, ale teď už nebudou limitováni jedním slovem, můžou dané slovo ještě dovysvětlit. Probereme si společně možnosti, na koho a kam by se oběť kyberšikany mohla obrátit.

### **Záhadná osoba <sup>41</sup>**

Cíl: Hlavním cílem je u žáků rozvíjet obezřetnost a podezřívavost v navazování vztahů v online prostředí.

Časová náročnost: 35 minut

Pomůcky: plachta, papír A3, psací potřeby

Organizační forma: hromadná, ve třídě

Postup:

- Žáci se otočí tak, aby neviděli na plachtu v první polovině třídy.
- Mezitím si za plachtu sedne osoba, žáci nebudou vědět o koho jde. Ideální je, aby si za plachtu sedl někdo, kdo celou dobu nebyl přítomen. Např. učitel ze školy, nebo jiný pracovník.
- Žáci nebudou vědět, kdo za plachtou sedí, bude jim řečeno, že tam může být kdokoliv.
- Pomocí otázek budou zjišťovat identitu záhadné osoby.
- Osoba bude odpovídat lživě, odpovídat bude psanou formou.
- Bude to probíhat tímto způsobem: kdo bude mít otázku přihlásí se, pokud je vyvolán, může položit svoji otázku.
- Osoba za plachtou odpoví písemně na papírek, který se poté dětem nahlas přečte.
- Poté, co se zeptají na vše potřebné a budou vědět identitu osoby, sepíší jí na velký papír. Například: identita osoby je dívka, 17 let, je z Brna, tancuje, má psa, a podobně.
- Následně vyzvou osobu, aby se ukázala a zjistí, že za plachtou stojí úplně jiný člověk.

---

<sup>41</sup> ČLOVĚK V TÍSNI o.p.s., PEDAGOGICKO PSYCHOLOGICKÁ PORADNA PLZEŇ, 2009.

Reflexe:

Následně si opět sedneme do kroužku a aktivitu zhodnotíme. Žákům, by měla tato aktivita opět ukázat, jak snadné je vydávat se za někoho jiného. Rozebereme důvody, proč mají lidé potřebu vydávat se za někoho jiného. Opět žáky utvrdíme v tom, proč nevěřit cizím lidem na internetu.

### **Souhlasím/nesouhlasím** <sup>42</sup>

Cíl: Cílem této aktivity je podpora přemýšlení nad různými výroky, pokus o uvědomění si a následné zautomatizování některého špatného a správného chování v kyberprostoru. Zároveň je cílem i pochopení, co se dá považovat za kyberšikanu, a co obecně všechno s tímto pojmem souvisí.

Časová náročnost: 15 minut

Pomůcky: dva papíry s pojmem SOUHLASÍM a NESOUHLASÍM, papír s určitými výroky (viz. Příloha 5)

Organizační forma: hromadná, ve třídě

Postup:

- Ve třídě vytvoříme prostor a rozdělíme ho na dvě části, na jednu stranu dáme papír s nápisem souhlasím a na druhou polovinu papír s nesouhlasím, tak aby byly papíry dobře viditelné.
- Žáci si stoupnou do prostoru a budou jim pokládány určité výroky, na které se musí vyjádřit svým rozhodnutím, zda s nimi souhlasí či nikoliv, podle toho si stoupnou k danému papíru. Pokud nebudou vědět, nebudou si svou odpověď jistí, zůstanou stát uprostřed.
- Následně si po každém výroku prodiskutujeme, proč souhlasíme nebo nesouhlasíme.

Reflexe:

Na závěr aktivity si opět sedneme do kroužku a pokusíme se diskutovat, co byl pro žáky nejtěžší výrok, co je překvapilo, nebo naopak co jim přišlo naprosto jasné.

---

<sup>42</sup>ROGERS, 2011.

### **Zhodnocení a závěr<sup>43</sup>**

Cíl: Cílem je reflektovat aktuální pocity žáků, podpořit v nich schopnost se konstruktivně vyjádřit a zhodnotit daný program. Cílem je také dostatečně tento preventivní program uzavřít, poděkovat a zhodnotit jejich účast.

Časová náročnost: 10 minut

Pomůcky: modrý papírky, psací potřeby, schránka na papírky, list pomoci, tj. papír s organizacemi, na které se mohou obrátit (viz. Příloha 10)

Organizační forma: individuální a hromadná, ve třídě

Postup:

- Vyzveme žáky, aby na modrý papírek napsali cokoli, co je napadne, když si vzpomenou na společně strávený čas, jak dnešní, tak i ten minulý. Mělo by se jednat o pozitivní vyjádření, ale necháme žáky se svobodně vyjádřit.
- Poté si sedneme do kroužku, půjdeme postupně, kdo bude chtít papírek přečíst nahlas, přečte ho a následně vhodí do schránky, kdo nebude chtít, pouze ho vhodí do schránky.
- Na závěr se zeptáme, jestli má někdo jakékoliv otázky, něco, co by chtěl dodat, připomenout či objasnit. Pokud ano, objasníme, poté se přesuneme na závěr.

**Závěr:**

Poděkujeme žákům za účast, opět je vyzveme k tomu, že pokud mají nebo v budoucnu budou mít nějaký problém, nemusí se bát, obrátit se na nás (ponecháme jim na sebe kontakt), nebo se ozvat někomu dospělému, popřípadě specializovaným organizacím, rozdáme jim list pomoci (viz. Příloha 10). Závěrem žáky upozorníme, aby na sebe dávali pozor, nebáli se být součástí online prostředí, protože stále nám tento online svět nabízí mnoho příležitostí, ale být vždy obezřetný a opatrný, nikdy nevíme, kdo je na druhé straně obrazovky. Představíme jim kroky, které navazují na tyto bloky (email, profil důvěry, konzultační hodiny, případný preventivní program pro 9.třídou).

---

<sup>43</sup> Zdroj: mnou vymyšlený závěr a zhodnocení

## **5.9 Návaznost na projekt**

Pro intenzivnější a dlouhodobější účinek prevence je důležité, vytvořit určité kroky, které navazují na oba bloky preventivního programu a budou nadále přispívat k prevenci.

### **5.9.1 Zachování prevence**

Důležitým krokem je zachování prevence, a to prostřednictvím ukotvení preventivních znaků ve školním řádě, nebo konkrétně doplněním a zachováním vytvořeného preventivního programu v školním minimálním preventivním programu tak, aby se tato prevence mohla aplikovat každý rok, samozřejmě s menšími inovacemi v aktivitách a obecně v programu jako takovém.

### **5.9.2 Konzultační hodiny, e-mail důvěry/profil důvěry**

Důležitou roli obecně v oblasti prevence hraje metodik prevence. Školní metodik prevence, výchovný poradce či psycholog si v návaznosti na tento preventivní program vymezí konzultační hodiny, konkrétně pro situace spojené s online světem a kyberšikanou, aby měli žáci jistotu, kam mohou přijít a na koho se obrátit. Konzultační hodiny by měly být minimálně 3x týdně v různých časech, s dobou trvání zhruba 1-2 hodiny.

Následně by se vytvořil email, na který by se žáci mohli v případě nouze nebo jakéhokoliv problému obrátit. Aktuálně, kdy jsou žáky hojně využívané sociální sítě, by se vytvořil instagramový profil dané školy zaměřený na pomoc. Profil, kde se žáci opět mohou svěřit, ale zároveň by sloužil jako informační a edukativní místo ohledně kyberšikany, ale i dalších sociálně patologických jevů (drogy, šikana, záškoláctví). Instagramový profil by nabízel příspěvky ohledně prevence, edukace, způsobů pomoci a užitečných rad. Je to jedna z forem prevence, která by mohla být žákům blíží, než schránka důvěry na chodbě nebo osobní konzultace. Spravování těchto sítí by zašitoval metodik prevence či školní psycholog, případně jiný pedagogický pracovník, který by byl tímto úkolem povolán a v problematice prevence se pohybuje. Informace o konzultačních hodinách, instagramovém profilu či e-mailu by byly dostupné na webových stránkách školy a na školní nástěnce v budově školy.

### **5.9.3 Rozšíření preventivního programu pro 9.třídou, vytvoření preventivního programu pro 1. stupeň**

V návaznosti na tento preventivní program určený 7.-8. třídám, by se vytvořil navazující preventivní program určený pro žáky 9. tříd, který by se věnoval stejné problematice, ale více do hloubky, obohacený o další témata, odpovídající věku a trendům této věkové kategorie, často související se sexualitou jedinců, to znamená rizika pornografie a sextingu, online predátoři a další.



Dále by se vytvořil preventivní program pro děti 1. stupně, který by se věnoval spíše nespecifické prevenci, to znamená podpora sebevědomí, práce s pocity a důvěrou jedinců, pracovat na jejich odolnosti a obecně zdravému životnímu stylu, připravit je na možné rizika a hrozící nebezpečí.

#### **5.9.4 Informovanost rodičů a pedagogů**

Další důležitým krokem je kvalitní informovanost rodičů a pedagogů, co se týče obecně prevence a konkrétně kyberšikany a bezpečí na internetu. Obě tyto skupiny by měly být obeznámeny s tímto preventivním programem, byl by jim poskytnut k nahlédnutí. Je důležité, aby sami rodiče dostali dostatečný vhled do této problematiky, zároveň by rodičům i pedagogům měla být nabídnuta možnost sebezvzdělávání v oblasti kyberšikany a rizik v online prostředí ve formě kurzů. Rodiče by měli být základně poučeni, jak pracovat s rozjetou kyberšikanou u jejich dítěte, ale ještě lépe, jak jí úplně předejít. To stejné i pedagogové měli by být schopni adekvátně reagovat na vzniklou kyberšikanu, nebo šikanu obecně v jejich třídním kolektivu, ale zejména, jak tomuto jevu předcházet. Škola by mohla tyto kurzy vytvořit sama za pomoci školního psychologa a metodika prevence, nebo si případný kurz zaplatit od specializované organizace. Rodiče by si kurz mohli financovat sami, pedagogové by je měly financované školou v rámci povinného vzdělávání.

### **5.10 Etické zásady**

Všechny uvedené aktivity jsou použity za vzdělávacím záměrem, všechny jsou řádně odcitovány, spousta z těchto aktivit jsou mnou upravena a pozměněna nebo jinak inovována, jádro aktivity je vždy odcitováno. Některé z aktivit jsou čistě z mé hlavy nebo vznikly z doslechu či z vlastní zkušenosti (například na táboře či jiném programu). Bohužel je nemohu ani nemám, jak odcitovat, tato skutečnost je zmíněná u konkrétních aktivit.

Jednou z důležitých etických zásad je dobrovolnost účasti při jakékoliv aktivitě, nikdo z žáků nebude nucen do žádné z aktivit, tento program je tolerantní vůči všem okolnostem, jako může být kupříkladu konkrétní preference žáka, kdy mu z jakéhokoliv důvodu daná aktivita nemusí být příjemná, a to je naprosto v pořádku. Tento fakt bude na začátku programu jasně řečen. Poukážeme na to, že účast je dobrovolná, ale zároveň účastníky poprosíme o snahu a spolupráci při účasti na aktivitách.

## 6 Technické řešení projektu

### 6.1 harmonogram projektu

<b>První blok preventivního programu</b>	1. pololetí (říjen) – 160 minut = 3x 45 minut (vyučovací hodina) +25 minut (přestávka)
Úvod	Stručné představení programu, pravidla
Aktivita: Alabu čika bu	Odreagování, nastartování na program, posílení kolektivu
Aktivita: Můj internetový profil	Aktivita praktického charakteru
Aktivita: Modelové situace	Aktivita praktického charakteru
Aktivita: Internetové pojmy	Aktivita teoretického charakteru
Aktivita: Přidej si kamaráda	Aktivita praktického charakteru
Obecné informace o kyberšikaně + kvíz	Teoretický charakter
Pravidla bezpečného chování na soc. sítích a rady, jak se ubránit kyberšikaně	Aktivita teoretického i praktického charakteru
Zhodnocení	Účastníci zhodnotí program
Závěr	Uzavření prvního bloku, příprava na druhý blok, uvedení možnosti pomoci

<b>Druhý blok preventivního programu</b>	2. pololetí (duben) - 160 minut = 3x 45 minut (vyučovací hodina) +25 minut (přestávka)
Úvod	Stručné představení navazujícího programu, pravidla
Aktivita: Provlékání	Odreagování, nastartování na programu, posílení kolektivu
Aktivita: Moje jméno	Uvedení do děje, zopakování jmen
Rekapitulace prvního bloku	Rekapitulace prvního bloku a návaznost na druhý blok
Aktivita: Bezpečný profil na internetu	Aktivita praktického charakteru
Aktivita: Podpisovka	Aktivita praktického charakteru
Aktivita: Židličková	Aktivita na posílení kolektivu, prohloubení spolupráce, odreagování

Aktivita: Video	Aktivita teoretického i praktického charakteru
Aktivita: Záhadná osoba	Aktivita praktického charakteru
Aktivita: Souhlasím/nesouhlasím	Aktivita teoretického i praktického charakteru
Zhodnocení	Účastníci zhodnotí průběh celého programu
Závěr	Uzavření obou bloků preventivního programu, uvedení pomoci a návrhu řešení
Návaznost na projekt (dlouhodobý charakter, navazující na tyto dva bloky)	Zachování prevence. Konzultační hodiny, e-mail důvěry/profil důvěry. Rozšíření preventivního programu pro 9. třídu, 1. stupeň. Informovanost rodičů a pedagogů.

## 6.2 Organizační zajištění projektu

### 6.2.1 Personální zabezpečení

Projekt by měl být personálně zabezpečen minimálně dvěma pracovníky. V čele organizace tohoto primárního programu by měl být školní metodik prevence, který se konkrétně zabývá prevencí kyberšikany a nebezpečím hrozící v kyberprostoru. Jako doprovodného pracovníka, který by zastával spíše pomocnou ruku a podporu pro účastníky programu, by byl ideální školní psycholog či výchovný poradce nejlépe z konkrétní školy, aby byl seznámen s aktuálním prostředím dané třídy, věděl, jak společně žáci ve třídě fungují/nefungují a podobně.

### 6.2.2 Materiální zabezpečení

Tento projekt není finančně tolik nákladný, konkrétní materiál je vypsán u každé aktivity, nejvíce materiálu bude potřeba vytisknout (všechny přílohy), jak barevný, tak černobílý tisk, k realizaci programu bude potřeba počítač či notebook, dataprojektor a tabule, což jsou nejdražší položky programu. Vypsáný materiál a uvedené ceny jsou pouze orientačním výpočtem, výsledná cena projektu se může mírně lišit, některé položky jsou investicí trvalou, cena kopií je spočítána pro jednu třídu (30 osob). Přibližný rozpis materiálu + ceny:

<b>Materiál:</b>	<b>Cena:</b>
Psací, kancelářské a výtvarné potřeby: fixy (2x balení po 30 kusech= 130,-), sada pastelek (120 kusů=500,-), tužky (72 kusů=189,-), propisky (60 kusů 282,-), 3x izolepa (=50,-), špejle (balení po 100 kusech =49,-), 2x lepidlo (=70,-)	1 270,- (využitelné pro všechny třídy)
Čistý papír velikost A4 (2x sada po 500 listech)	260,- (využitelné pro všechny třídy)
Samolepící etikety (1000 nálepek)	75 Kč (využitelné pro všechny třídy)
Tvrký papír A4 (500 kusů)	100,- (využitelné pro všechny třídy)
Příloha 1 (30x výtisků, černobíle)	60,- (počet pro jednu třídu)
Příloha 2 (30x výtisků, černobíle)	120,- (počet pro jednu třídu)
Příloha 11 (15x výtisků, černobíle)	30,- (počet pro jednu třídu)
Příloha 12 (30x výtisků, černobíle)	60,- (počet pro jednu třídu)
Obálky (50 kusů)	174,- (využitelné pro všechny třídy)
Příloha 4 (2x výtisků, černobíle)	6,- (počet pro jednu třídu)
Příloha 3 (30x výtisků, černobíle)	120,- (počet pro jednu třídu)
Role kreslicího papíru	199,- (využitelné pro všechny třídy)
Příloha 6 a 7 (70x výtisků, barevně)	420,- (počet pro jednu třídu)
Obrázek č. 2 (30x výtisků, černobíle)	60,- (počet pro jednu třídu)
Schránka	490,- (využitelné pro všechny třídy)
Červený, zelený a modrý papírky (90x)	152,- (počet pro jednu třídu)
Obruč (2x)	84,- (využitelné pro všechny třídy)
Papírová krabice	12,- (využitelné pro všechny třídy)

Příloha 9 (30x výtisků, černobíle)	60,- (počet pro jednu třídu)
Příloha 5 (2x výtisků, černobíle)	4,- (počet pro jednu třídu)
Příloha 10 (30x výtisků, barevně)	180,- (počet pro jednu třídu)
Plachta/záclona/látka	119,- (využitelné pro všechny třídy)
Notebook	7 990,- (využitelné pro všechny třídy)
Dataprojektor	2 299,- (využitelné pro všechny třídy)
Tabule	687,- (využitelné pro všechny třídy)
<b>Součet:</b>	<b>15 031,-</b>

### 6.3 Rozpočet projektu

Je těžké stanovit přesný rozpočet tohoto projektu, ceny materiálu se mohou lišit, většina uvedeného materiálu vystačí pro realizaci celého projektu, některý materiál (kopie příloh) se musí vytisknout a zaplatit pro každou třídu zvlášť. Předměty, které má základní škola k dispozici, nebude kupovat (počítač/notebook, tabule, dataprojektor a další). Finance a zaplacení potřebného materiálu by bylo hrazeno základní školou.

Konkrétní výdaje hrazené z financí sdružení na podporu CMcZŠ:

- Materiální zabezpečení: 15 031,-
- Financování vzdělávacích kurzů pro pedagogické pracovníky.
- Finance pro zřizovatele a manažera nově vzniklého instagramového profilu, e-mailu.
- Kurzy pro rodiče, zde jsou dvě možnosti: rodiče si kurz budou financovat sami, nebo bude hrazen školou.

Konkrétní finanční částky (mimo materiální zabezpečení) je zatím nemožné uvést, a to z důvodu neznámého množství účastníků na kurzech pro rodiče a pro pedagogy. Zatím nejsou jasné ceny těchto kurzů, ani finanční ohodnocení, záleželo by na domluvě s konkrétními organizacemi. Tyto záležitosti by se konkrétně řešily až při samotné realizaci projektu.

## **Závěr**

Tento bakalářský projekt byl vytvořen za účelem prohloubení minimálního preventivního programu základní školy o problematiku kyberšikany a bezpečí na internetu, ale zároveň bylo cílem vytvořit preventivní program, který by bylo možné aplikovat i do jiných organizací. Konkrétně by se daly převzít určité preventivní aktivity a využít je v prostředí, kde by byly zrovna potřebné a užitečné. Myslím si, že to tento cíl projekt splňuje. Je velmi důležité věnovat pozornost preventivním programům a obecně prevenci, nejen v rámci kyberšikany a online prostředí, ale obecně všem sociálně patologickým jevům, se kterými je neustále snadnější přijít do kontaktu.

V první části bakalářského projektu jsem se věnovala teorii, uvedla jsem základní vhled do problematiky kyberšikany, následně jsem objasnila související pojmy, které bývají používány v kontextu kyberšikany. Uvedla jsem konkrétní způsoby a prostředky kyberšikany, dále jsem se zabývala osobností a charakteristickými znaky oběti i agresora kyberšikany.

V druhé části projektu jsem se zaměřila na praktickou část preventivního programu, na začátek jsem se věnovala podrobnějšímu představení mnou zvolené organizace, konkrétně základní školy. Následně jsem se věnovala podrobnému popisu preventivního programu, kde jsou uvedené cíle, předmět, cílová skupina a průběh preventivního programu. Součástí popisu projektu jsou podrobně vypsány aktivity a jejich konkrétní cíle, k tomu potřebné materiály a přílohy, které jsou uvedeny v seznamu příloh. V této části jsou uvedeny i etické zásady pro tento preventivní program. Ke konci práce je uvedený organizační a materiální zabezpečení projektu, harmonogram projektu a následně i konkrétní rozpočet.

## Použité zdroje

### Literatura:

ČLOVĚK V TÍSNI o.p.s., PEDAGOGICKO PSYCHOLOGICKÁ PORADNA PLZEŇ.

2009. *Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele*. Statutární město Plzeň. ISBN 978-80-86961-78-1

KAVALÍR, Aleš. 2009. *Kyberšikana a její prevence: příručka pro učitele*. Vyd. 1. Plzeň: Pro město Plzeň zpracovala společnost Člověk v tísní, pobočka Plzeň. ISBN 978-80-86961-78-1.

ROGERS, Vanessa. 2011. *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*.

Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-984-2

ŠMAHAJ, Jan. 2014. *Kyberšikana jako společenský problém = Cyberbullying as a social problem*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-4227-3

### Internetové zdroje:

Cyberbullying In School. Accredited Schools Online: *Find Top-Rated Accredited Programs Online* [online]. Copyright © 2023 AccreditedSchoolsOnline.org, a Red Ventures Company [cit. 4.03.2023]. Dostupné z:

[https://www.accreditedschoolsonline.org/resources/cyberbullying-prevention-and-support/?fbclid=IwAR2fQSglZTXJduA0zOvi31ZJ\\_FifD75-L-ODVHvOXNVxfaqXO6GgGXulT9M](https://www.accreditedschoolsonline.org/resources/cyberbullying-prevention-and-support/?fbclid=IwAR2fQSglZTXJduA0zOvi31ZJ_FifD75-L-ODVHvOXNVxfaqXO6GgGXulT9M)

Cyrlometodějská církevní základní škola Brno. *Cyrlometodějská církevní základní škola Brno* [online]. Copyright © 2016 [cit. 12.03.2023]. Dostupné z: <https://www.cmczs.cz/>

*Kdo jsou vlastně pachatelé kyberšikany? - E-Bezpečí*. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Copyright © [cit. 24.03.2023]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/kybersikana/1335-kdo-jsou-vlastne-pachatele-kybersikany>

MARTANOVÁ, Pavlas, Veronika. 2014. *Prevence, MŠMT ČR*. MŠMT ČR [online]. Copyright ©2013 [cit. 13.03.2023]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/prevence>

Pomoc s kyberšikanou – Stop kyberšikaně. *Stop kyberšikaně* [online]. Copyright © STOP KYBERŠIKANĚ [cit. 26.02.2023]. Dostupné z: <https://www.stop-kybersikane.cz/pomoc-s-kybersikanou/>

Projektinfo – DigiMe. DigiMe – *Digitale Kompetenzen* [online]. Copyright © 2016 [cit. 25.03.2023]. Dostupné z: <https://digime.europabuero.wien/projektinfo/?lang=cs>

Projekty – Cyrlometodějská církevní základní škola Brno. *Cyrlometodějská církevní základní škola Brno* [online]. Copyright © 2016 [cit. 14.02.2023]. Dostupné z: <https://www.cmczs.cz/projekty/>

RVP ZV – *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* - edu.cz. - Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © 2022 [cit. 12.03.2023]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

Slovníček pojmů – E-Bezpečí. *Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí* [online]. [cit. 02.03.2023]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rodicum-ucitelum-zakum/143-167>

### **Video:**

Nová škola, 2015, *Kyberšikana – A co bys udělal ty*, YouTube video. [cit. 17.03.2023]. Dostupné z: [https://www.youtube.com/watch?v=s\\_5g2fvsjVs](https://www.youtube.com/watch?v=s_5g2fvsjVs)

### **Obrázky:**

Obrázek č. 1 – Pixabay, stránka ke stažení obsahu zdarma, bez nutnosti uvádět zdroj, [cit. 26.02.2023]. Dostupné z: <https://pixabay.com/cs/>

Obrázek č. 2 - Pixabay, stránka ke stažení obsahu zdarma, bez nutnosti uvádět zdroj, [cit. 17.02.2023] Dostupné z: <https://pixabay.com/cs/>

Obrázek č. 3 - Pixabay, stránka ke stažení obsahu zdarma, bez nutnosti uvádět zdroj, [cit. 19.02.2023]. Dostupné z: <https://pixabay.com/cs/>



## **Seznam příloh:**

Příloha 1: Obrázek mobilu

Příloha 2: Pracovní list – kyberšikana

Příloha 3: Témata na modelové situace

Příloha 4: Kartičky: přidej si kamaráda

Příloha 5: Výroky SOUHLASÍM/NESOUHLASÍM

Příloha 6: Pravidla bezpečného chování na sociálních sítích

Příloha 7: Rady, jak se ubránit kyberšikaně!

Příloha 8: Obrázek LIKE a DISLIKE

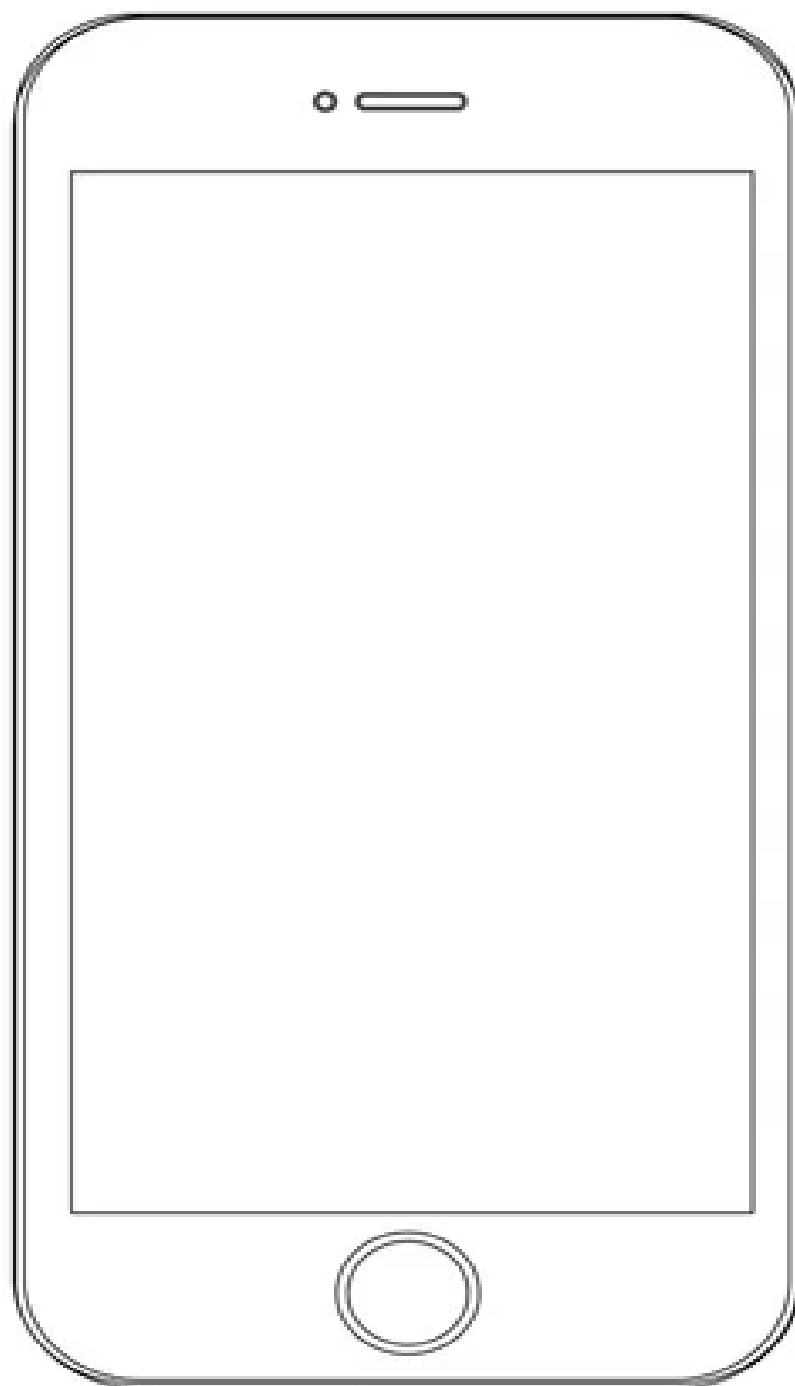
Příloha 9: Formulář na podepisování

Příloha 10: List pomoci

Příloha 11: Papír s internetovými pojmy

Příloha 12: Papír s internetovými pojmy a se správnými definicemi

Příloha 1 a obrázek č. 1: <sup>44</sup>



---

<sup>44</sup> Dostupné z: <https://pixabay.com/cs/>

## Pracovní list: KYBERŠIKANA

1. Doplň vynechaná místa v následujícím textu, slova vyber z nabídky v závorce:

Kyberšikana je úmyslné, ....., nebezpečné chování, cílem je ..... oběti, za použití informačních a ..... technologií, nejčastěji prostřednictvím ..... a mobilního telefonu.

(Na výběr: *komunikačních, opakující se, internetu, ublížit*)

2. Níže jsou uvedené příklady prostředků kyberšikany, pokus se ve zkratce popsat, jak nám agresor kyberšikany tímto prostředkem může ubližovat:

a) Textové zprávy:

b) Sociální sítě:

c) Fotky a videa

d) Online hry:

3. Spoj následující způsoby kyberšikany se správnou definicí:

a) Provokování

b) Kyberstalking

c) Napodobování

d) Očerňování

1. U tohoto způsobu se agresor zasadí do role oběti, a to cestou získání přihlašovacích údajů od internetových účtů oběti (nejčastěji Facebook, E-mail, Instagram). Poté se zde vydává za oběť a zveřejňuje hanlivé a urážející příspěvky, píše negativní zprávy lidem, které má oběť v přátelích, vymýšlí si o oběti různé lži a ty poté sdílí.

4. Jedná se o formu pronásledování prostřednictvím elektronického zařízení. Agresor využívá online komunikaci k zasílání vyhrožujících, vulgárních zpráv, kterými má v úmyslu oběť vyděsit a zastrašit. Tato forma pronásledování bývá typická pro bývalé partnery po rozchodu.

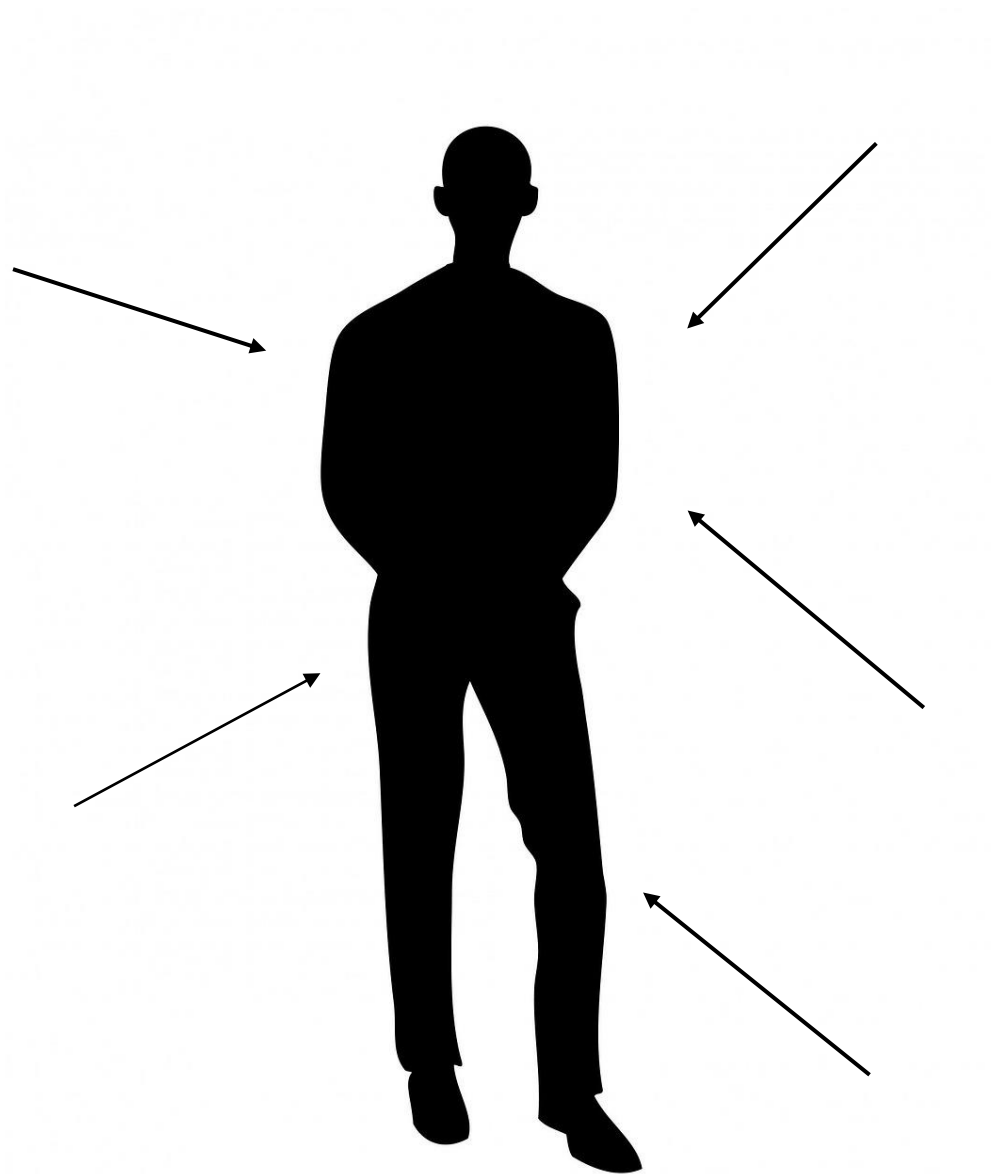
2. Jedná se o falešně vytvořené informace o konkrétní osobě či skupině lidí, které jsou následně zveřejňované v online prostoru, především na sociálních sítích nebo na internetových stránkách vytvořené k těmto účelům.

3. Agresor se snaží uměle vyvolat ostřejší konverzaci za pomoci urážek a vulgarit vůči oběti. Tuto konverzaci následně zkopíruje a zveřejní, a to s cílem pošpinit a ublížit oběti.

<sup>45</sup> Zdroj: mnou vytvořený pracovní list z teoretické části této práce

4. Napiš k šipkám zásadní rysy, které vystihují agresora kyberšikany:

Obrázek č. 2:<sup>46</sup>



---

<sup>46</sup> Dostupné z: <https://pixabay.com/cs/>

Příloha 3: modelové situace <sup>47</sup>

1. Situace	Jste na koupališti, jeden z kamarádů/kamarádek chce udělat skupinové foto, všichni tam jdou vidět v plavkách, kamarád/ka chce tuto fotku sdílet na svém instagramovém profilu, ale jeden z vás s tím nesouhlasí, protože mu není příjemné, aby byla jeho fotka v plavkách veřejně dostupná. Jak se k tomu každý z vás postaví? (Role: kamarád, co fotku fotí; kamarád, který fotku nechce sdílet; ostatní kamarádi)
2. Situace	Zrovna máte rodinnou večeři a mladšímu sourozenci (10 let) přijde z anonymního facebookového účtu výhružka, že si na něj po fotbalovém tréninku počká a fyzicky jej napadne. Jak se bude situace vyvíjet dál? (Role: máma, táta, mladší sourozenec, starší sestra a babička)
3. Situace	Máte volnou hodinu a paní učitelka vás vzala do počítačové učebny, kde vám následně dala volno. Jeden z vás si sedne k počítači, kde si všimne, že se dívka z vyššího ročníku zapomněla odhlásit z Facebooku, začne si bez jejího vědomí projíždět profil a její soukromé zprávy. V poslední konverzaci dotyčný najde zprávu, kde zmiňovaná dívka píše, že se dnes večer zabije. Co uděláte? Jak by se tato situace vyvíjela dál? (Role: člověk, co najde přihlášený Facebook; kamarádi, kteří ho sledují; popřípadě dívka, co se neodhlásila z Facebooku)
4. Situace	Jste s kamarády venku a někdo zveřejnil na Facebooku telefonní číslo na vaši spolužačku. Jeden z vás navrhuje, že byste ji mohli zavolat a dělat, že jste od policie a tím ji vyděsit. Všichni souhlasíte a zavoláte jí, spolužačka je v šoku a je jí to dost nepříjemné. Dotyčný, co to celé navrhl jí volá znovu a znovu, spolužačka zní opravdu vyděšeně. Jak by se tato situace vyvíjela dál? (Role: osoba, která chce volat; spolužačka; ostatní kamarádi)
5. Situace	Jste na obědě a najednou vaší kamarádce přijde zpráva od člověka jménem Puříček036, píše jí, že už se na ní moc těší. Vy si toho všimnete a kamarádka se vám svěřá, že je to kamarád jejího bratrance a je stejně starý jako vy. Dnes po výuce se s ní chce vidět ve Wilsonově lese kousek od školy. Jak by se tato situace vyvíjela dál? (Role: kamarádka a ostatní kamarádi)

<sup>47</sup> Zdroj: mnou vymyšlené situace

6. Situace	O přestávce jste všichni ve třídě a jeden z vás začne parodovat vašeho spolužáka, další z vás situaci natočí a následně video zveřejní na internetu. To během pár hodin vidí přes 15 tisíc lidí. Další den přijde do školy natočený spolužák a video se mu líbí, ale ten který byl parodován na videu už tak nadšený nebyl a chce konfrontovat kameramana. Jak by se tato situace vyvíjela dál? (Role: spolužák který imituje; kameraman; spolužák, který je parodován; ostatní kamarádi)
------------	---

Příloha 4: <sup>48</sup>

Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Lukáš	Jméno: Lukáš
Věk: 13 let	Věk: 13 let
Bydliště: Zlín	Bydliště: Zlín
Zájmy: Chodím do 7. třídy, rád hraji fotbal a tenis. Nemám moc kamarádů a chtěl bych si tady nějaký najít, můžeme někdy zahrát fotbal.	Fakta: Chodím do 7. třídy, rád hraji fotbal a tenis. Nemám moc kamarádů a chtěl bych si tady nějaký najít, můžeme někdy zahrát fotbal.

Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Markéta	Jméno: Markéta
Věk: 16 let	Věk: 16 let
Bydliště: Olomouc	Bydliště: Olomouc
Zájmy: Chodím na olomoucké gymnázium, miluji matiku a nesnáším hudebku. Nejradši mám léto, 4x týdně chodím do posilovny, jsem kamarádká.	Fakta: Chodím na olomoucké gymnázium, miluji matiku a nesnáším hudebku. Nejradši mám léto, 4x týdně chodím do posilovny, jsem kamarádká.

Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Jana	Jméno: Jana
Věk: 14	Věk: 12
Bydliště: Praha	Bydliště: Praha
Zájmy: Mám velmi ráda zvířata a miluji zpěv, zpívám už od malička, často koncertuji po celé ČR. Mám doma pejska Čmuchačka.	Fakta: Mám velmi ráda zvířata a miluji zpěv, zpívám teprve 3 roky ve sboru, nejsem tak dobrá, jako hlavní zpěvačka. Se sborem koncertujeme jednou do roka v Praze. Mám doma pejska Čmuchačka.

<sup>48</sup> ROGERS, Vanessa. 2011. *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*.

Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Jakub	Jméno: Jakub
Věk: 15 let	Věk: 13 let
Bydliště: Hodonín	Bydliště: Hodonín
Zájmy: Jezdím na skateboardu už 6 let. Vyhrál jsem 8 medailí. Jsem kamarádský a mám ve škole velkou partu kámošů, já jsem v partě kápo. Nesnáším angličtinu.	Fakta: Jezdím na skateboardu už 6 let. Vyhrál jsem 8 medailí. Ve třídě mám jednoho nejlepšího kámoše, jinak jsme rozdělení na skupinky. Nesnáším angličtinu.

Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Adam	Jméno: Adam
Věk: 14 let	Věk: 14 let
Bydliště: Plzeň	Bydliště: Plzeň
Zájmy: Mám nejlepší známky ve třídě a dostal jsem se na gympl. Občas si zahrají nějakou hru na počítači, jinak rád čtu knihy a poslouchám písničky.	Fakta: Jsem v 9. třídě a je to pěkný opruz, dostal jsem se na střední ekonomickou školu, baví mě videohry a PlayStation. Nesnáším školu a učení se. Nejradši bych byl celý den doma a hrál hry.

Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Aneta	Jméno: Aneta
Věk: 15 let	Věk: 25 let
Bydliště: Brno	Bydliště: Brno
Zájmy: Ráda chodím do kina nebo na koncerty. Filmy a hudba je něco pro mě. V létě jedu na známý festival Colours of Ostrava.	Fakta: Pracuji už 3 roky v Albertu, ráda doma koukám na filmy, hlavně horory. Na kino nemám peníze ani tam nemám s kým jít. Můj sen je podívat se na známý festival Colours of Ostrava.



Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Petr	Jméno: Kamil
Věk: 16 let	Věk: 58 let
Bydliště: Znojmo	Bydliště: Znojmo
Zájmy: Rád trávím čas se svou přítelkyní, chodíme do kina a na výlety. Nemůžu se dočkat, až si udělám řidičák. Chtěl bych si koupit nejnovější Audi.	Fakta: Jsem řidič nákladáku, šetřím si peníze na nové auto. Jsem rozvedený a nemám děti, mám svého věrného parťáka psa Reka.

Sdílený profil	Pravá identita
Jméno: Matyáš	Jméno: Irena
Věk: 18 let	Věk: 31 let
Bydliště: Olomouc	Bydliště: Ostrava
Zájmy: Už 10 let závodně plavu, baví mě chemie a fyzika. Jsem nezadaný a rád jezdím na kole a v zimě na lyžích. Mám radši léto.	Fakta: Jsem maminka 17letého syna a čerstvě narozené dcery, jsem vdaná. Vystudovala jsem střední školu chemickou. Momentálně jsem na mateřské dovolené.

Příloha 5:<sup>49</sup>

Výroky: souhlasím/nesouhlasím:
Kyberšikana není zas tak hrozná, jak klasická šikana.
Posmívání se instagramovým fotkám spolužačky není kyberšikana.
Agresor kyberšikany je vždy zlý, agresivní a arogantní člověk, co chce ubližovat druhým.
Kyberšikana se může objevit jen ve špatném třídním kolektivu.
Nadávání lidem v komentářích pod fotkou není šikana, je to jen projevení mého názoru.
Nad čímkoliv, co jednou sdílím na internetu (fotka, osobní údaje), ztrácím naprostou kontrolu.
Některá kyberšikana byla zamýšlená jako sranda a vtip, ale zašlo to moc daleko.
Pokud o kyberšikaně vím, ale nikomu o ní neřeknu, dá se říct, že se na ní spolupodílím.
Rodiče by měli omezovat a kontrolovat, co jejich děti dělají na internetu.
Mobily by měly být po celou dobu školy schované v batohu.
Mobily by měly být naopak více využívané v hodinách, jako pomocník při výuce.
Kyberšikana a šikana nikdy nezmizí, bude tu pořád, nejde jí zabránit, je to lidská přirozenost.
Na internetu si každý trochu vymýšlí a přibarvuje si pravdu.
Pokud budeme agresora kyberšikany ignorovat, začne se nudit a nechá nás být.

---

<sup>49</sup> ROGERS, 2011. - Konkrétní výroky jsou mnou upravené



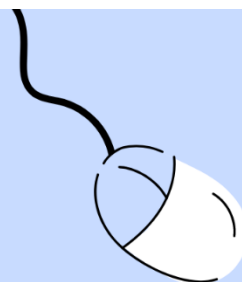
# Pravidla bezpečnosti na sociálních sítích

- Nikdy nikomu nedávej přístup ke svým účtům na sociálních sítích!
- Nikdy nedávej online svoje osobní informace (telefonní číslo, adresu bydliště a školy)!
- Ujisti se, že tvoje příspěvky vidí pouze tvoje rodina, kamarádi a blízcí, nejlépe mít soukromý účet!
- Bud' obezřetný ohledně klikání na různé odkazy, obzvláště, když je obdržíš od cizích lidí!
- Nepřidávej si do přátel nebo nepovoluj žádosti lidem, které neznáš!
- Zvol si silné heslo, ideálně s kombinací malých, velkých písmen a číslic!
- Nikdy nesdílej svou aktuální polohu!

<sup>50</sup> Cyberbullying In School. Accredited Schools Online: *Find Top-Rated Accredited Programs Online* [online].

<sup>51</sup> Vytvořeno v programu: <https://www.canva.com/>

# Rady, jak se ubránit >>> kyberšikaně



- Ignoruj agresora!
- Svěř se dospělému, kterému věříš!
- Zablokuj si všude agresora!
- Změň si email, telefonní číslo, smaž si účet na soc. sítích a vytvoř si nový!
- Sbírej důkazy usvědčující kyberšikanu!
- Ve vážných situacích kontaktuj policii!
- Vytvořit si bezpečný plán, jak budeš postupovat!
- Neobviňuj se, ty za to nemůžeš!

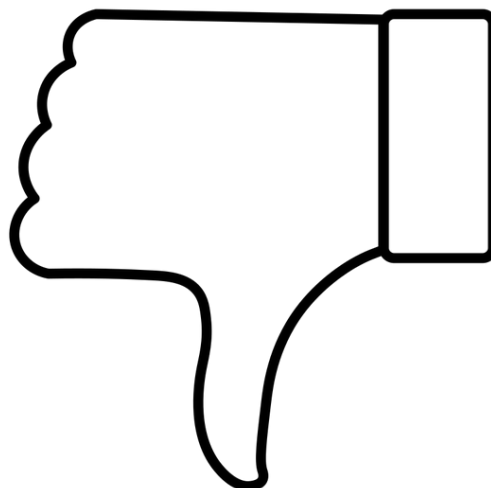
Nejsi v tom sám!!



<sup>52</sup> Cyberbullying In School. Accredited Schools Online: *Find Top-Rated Accredited Programs Online* [online].

<sup>53</sup> Vytvořeno v programu: <https://www.canva.com/>

Příloha 8 a obrázek č.3:<sup>54</sup>



---

<sup>54</sup> Dostupné z: <https://pixabay.com/cs/>



Příloha 9: <sup>55</sup>

Sesbírej všech 10 podpisů od lidí, kteří zažili tyhle situace:

Přidal/a jsem si do přátel někoho, koho vůbec neznám.	Podpis:
Lhal/a jsem o svém věku, abych si mohl/a založit nějakou sociální síť.	Podpis:
Napsal/a jsem ošklivý komentář pod něčí fotku.	Podpis:
Seznámil/a jsem se s někým na internetu.	Podpis:
Někdo zveřejnil fotografii na sociální síti, kde jsem byl/a vyfocen/á a mně se ta fotka nelíbila.	Podpis:
Psal/a jsem si s cizím člověkem, kterého vůbec neznám.	Podpis:
Nemám žádnou sociální síť (Messenger, Instagram, WhatsApp,...)	Podpis:
Každý den trávím na počítači či mobilu hodinu či více.	Podpis:
Napsal/a jsem pozitivní komentář pod něčí fotku.	Podpis:
Přidal jsem fotku na Instagram.	Podpis:

---



<sup>55</sup> Zdroj: mnou vytvořený podpisový formulář



# LIST POMOCI

Na koho se můžu obrátit,  
když potřebuji pomoct?

- Linka bezpečí  
**www.linkabezpeci.cz, 116 111**
- NNTB - Nenech to být  
**www.nntb.cz**
- Policie ČR
- Hlavně tvoji blízcí  
**Rodina, kamarádi, učitel**



<sup>56</sup> Pomoc s kyberšikanou – Stop kyberšikaně. Stop kyberšikaně [online]. Copyright © STOP KYBERŠIKANĚ [cit. 26.02.2023]. Dostupné z: <https://www.stop-kybersikane.cz/pomoc-s-kybersikanou/>

<sup>57</sup> Vytvořeno v programu: <https://www.canva.com/>

Příloha 11:<sup>58</sup>

Pokus se vymyslet definice k uvedeným pojmům týkající se online prostředí:

Pojem:	Definice:
<b>Kyberprostor</b>	
<b>Screenshot</b>	
<b>2FA</b>	
<b>Hoax</b>	
<b>Flaming, troling</b>	
<b>Kybergrooming</b>	
<b>Influencer</b>	
<b>Spam</b>	
<b>Netolismus</b>	

---

<sup>58</sup> Zdroj: mnou vytvořená tabulka, pojmy: Slovníček pojmů – E-Bezpečí. *Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí* [online].



Pojem:	Definice:
<b>Kyberprostor</b>	Virtuální místo, kde probíhá veškerá online interakce. Jednoduše řečeno: internet.
<b>Screenshot</b>	Snímek obrazovky.
<b>2FA</b>	Dvoufázové ověření.
<b>Hoax</b>	Rychle se šířící falešná informace, poplašná zpráva.
<b>Flaming, troling</b>	Nepřátelské chování lidí na internetu (urážky, výhrůžky, nadávky).
<b>Kybergrooming</b>	Manipulační taktika agresora kyberšikany.
<b>Influencer</b>	Veřejně známá osoba, která má určitý vliv na internetu.
<b>Spam</b>	Nevyžádaná pošta.
<b>Netolismus</b>	Závislost na virtuálních drogách (PC hry, soc. sítě,...).

---

<sup>59</sup> Slovníček pojmů – E-Bezpečí. *Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí* [online]. [cit. 02.03.2023]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rodicum-ucitelum-zakum/143-167>