



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Sciences

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

**Kyberšikana jako sociální problém pohledem žáků  
druhého stupně základní školy**

## **DIPLOMOVÁ PRÁCE**

Studijní program:

**REHABILITACE**

**Autor:** Bc. Ladislav Soldán

**Vedoucí práce:** Mgr. Ing. Renata Švestková, Ph.D.

České Budějovice 2020

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci s názvem „*Kyberšikana jako sociální problém pohledem žáků druhého stupně základní školy*“ jsem vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47 b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby diplomové práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé diplomové práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 2. 6. 2020

.....

Bc. Ladislav Soldán

## **Poděkování**

Na tomto místě bych rád poděkoval Mgr. Ing. Renatě Švestkové, Ph.D. za odborné vedení mé diplomové práce a cenné rady během jejího vypracování. Mé poděkování patří také všem základním školám v Jihočeském kraji, které byly zapojeny do projektu za umožnění získání výsledků potřebných pro vypracování praktické části práce.

# Kyberšikana jako sociální problém pohledem žáků druhého stupně základní školy

## Abstrakt

Cílem této diplomové práce bylo zjistit, jakým rizikům při problematickém užívání internetu jsou vystaveni žáci druhého stupně základní školy. Důsledkem takového jednání bývá kyberšikana, která může být v budoucím životě (jak v soukromém, tak profesním) velkým sociálním problémem. Dalším cílem této diplomové práce bylo vytvořit manuál, který bude základním nosičem informací pro učitele a školní metodiky prevence při řešení kyberšikany na základních školách.

Práce je složena z teoretické a praktické části. Teoretická část je rozdělena do čtyř hlavních kapitol. První kapitola se zabývá kyberšikanou, se kterou mají žáci druhého stupně základních škol velmi časté a osobní zkušenosti. Ve druhé kapitole se věnují sociálním sítím, které jsou u teenagerů velmi často navštěvované. Žáci na sociálních sítích tráví abnormální množství času a dochází zde ke kybernetickým útokům. Ve třetí kapitole popisují netolismus (závislost na internetu). Závislost na internetu, která v dnešní době vzniká velmi často a rychle. Ve čtvrté kapitole se zaměřují na prevenci kyberšikany na základních školách, která je v tomto směru nesmírně důležitá.

Praktická část diplomové práce se zaměřuje na rizika internetu, zdravé či patologické užívání internetu u žáků na druhém stupni základních škol v Jihočeském kraji. Stanovené hypotézy se týkaly ověření rozdílů dle pohlaví žáků a věku žáků. Výsledky diplomové práce byly získány metodou dotazníkového šetření, jsou statisticky vyhodnoceny v programu IBM SPSS Statistics a také znázorněny pomocí grafů.

Výsledky ukázaly, že problematické užívání internetu souvisí s věkem a ročníkem žáků, ve kterém se právě nacházejí. Výsledky také prokázaly, že 44 % žáků druhého stupně základních škol má internet na jednom z prvních třech míst ve svém hodnotovém žebříčku. Bylo zjištěno, že 33 % žáků tráví na internetu stále větší množství času, a to z jiných než školních povinností. Avšak 30 % žáků se snažilo omezit čas, který na internetu tráví, ale nepovedlo se jim to. Výsledky také ukázaly, že 19 % žáků skrývá svůj internetový život před ostatními.

Na základě výsledků byl zpracován manuál s názvem „KYBERŠIKANA“, který slouží všem, kteří se problematikou kyberšikany zabývají, tj. pedagogičtí i nepedagogičtí pracovníci na základních školách, školní metodici prevence, lektoři programů primární prevence, sociální pracovníci a v neposlední řadě také rodiče žáků. Prvním krokem k úspěchu je totiž právě začít internetovou šikanu řešit a hledat správná východiska, která vedou k pomoci.

### **Klíčová slova**

kyberšikana; primární prevence; netolismus; základní škola; sociální sítě

# **Cyberbullying as a Social Problem by the View of Pupils at the Second Stage of Primary School**

## **Abstract**

The aim of this diploma thesis was to find out what are the risks of problematic using of the internet among students of the second grade at elementary school. The consequence of this acting is often a cyber bullying which could be a big social problem in their future private and also professional life. The next goal of this thesis was to create a manual with basic information for teachers and school prevention methodologists in case they have to deal with cyber bullying at elementary schools.

This work is made of a theoretical and practical part. The theoretical part is divided into four main chapters. The first chapter is about a cyber bullying which students of the second grade at elementary schools often experienced with. The second chapter is dedicated to social networks, which are often used by teenagers. Students spend abnormal amount of time on social networks and the cyber-attacks take place there. In the third chapter I describe “netolismus”, the addiction to the internet. Nowadays this addiction is made very often and very quickly. In the fourth chapter I focus on a prevention of cyber bullying at elementary schools which is really important.

The practical part of this theses focuses on the risks of the internet, healthy or pathological using of the internet among the students of the second grade at elementary schools in South Bohemian region. The established hypotheses concerned verification the differences according to the gender and the age of students. The results of the theses were obtained by questionnaire survey method and they were statistically evaluated in IBM SPSS Statistics and they are represented by graphs.

The result shows us that the problematic usage of the internet is related to the age and the class in which the students are at the moment. The results revealed that 44 % of students of the second degree at elementary schools have the internet in the top three of their value lists. It was found out that 33 % of students spend more and more time on the internet, and not because of school’s duties. Although 30 % of students tried to restrict the time they spend on the internet, but with no success. As the results show, 19 % of students hide their online life from others.

Based on the results, the manual with the title “CYBER BULLYING” was created to serve for all who are interested in the problematic of cyber bullying, e.g. pedagogical and non-pedagogical workers at elementary schools, school prevention methodologists, lecturers of primary prevention programs, social workers and last but not least for parents of student. The first step to a success is to start deal with the cyber bullying and try to find out the right starting points which lead to help.

**Key words**

cyber bullying; primary prevention; netolismus; elementary school; social networks

# Obsah

<b>Úvod .....</b>	<b>10</b>
<b>1 Kyberšikana .....</b>	<b>11</b>
1.1 Kyberšikana jako sociální problém.....	13
1.2 Kyberšikana jako společenský problém .....	13
1.2.1 Sharenting .....	14
1.3 Rozdíly mezi kyberšikanou a šikanou .....	14
1.4 Typy kybernetických útoků .....	18
1.4.1 Přímé útoky.....	19
<b>2 Sociální sítě .....</b>	<b>23</b>
2.1 Rozdělení sociálních sítí .....	23
2.2 Znaky sociálních sítí .....	24
2.3 Bezpečnostní pravidla pro uživatele sociálních sítí.....	26
2.4 Netiketa aneb chování na internetu.....	26
<b>3 Netolismus – závislost na internetu .....</b>	<b>28</b>
3.1 Specifika závislosti na internetu (netolismu).....	28
3.2 Příznaky závislosti na internetu .....	29
3.3 Druhy netolismu .....	30
3.4 Projevy netolismu .....	30
<b>4 Prevence kyberšikany na základních školách .....</b>	<b>32</b>
4.1 Primární prevence .....	32
4.2 Sekundární prevence.....	33
4.3 Terciální prevence.....	34
4.4 Školní prostředí.....	34
4.5 Legislativní ukotvení primární prevence na základních školách.....	35
4.6 Systém prevence na základních školách.....	35



4.7 Preventivní opatření .....	36
<b>5 Cíle práce a hypotézy .....</b>	<b>37</b>
5.1 Cíle práce .....	37
5.2 Hypotézy .....	38
<b>6 Operacionalizace pojmů.....</b>	<b>39</b>
<b>7 Metodika .....</b>	<b>40</b>
7.1 Strategie výzkumu .....	40
7.2 Charakteristika výzkumného souboru .....	40
7.3 Popis výzkumných nástrojů .....	40
7.4 Etika výzkumu .....	42
<b>8 Výsledky.....</b>	<b>43</b>
8.1 Statistické vyhodnocení dotazníků – žáci .....	43
8.2 Specifika respondentů – žáci .....	48
8.3 Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu .....	50
8.4 Zdravé a patologické užívání internetu.....	58
8.5 Hodnotící dotazník – třídní učitel, školní metodik prevence .....	64
8.6 Publikace KYBERŠIKANA .....	65
<b>9 Diskuze.....</b>	<b>67</b>
<b>10 Závěr .....</b>	<b>76</b>
<b>11 Citace a použité zdroje .....</b>	<b>79</b>
<b>12 Seznam tabulek a obrázků .....</b>	<b>88</b>
<b>13 Seznam příloh.....</b>	<b>89</b>

## Úvod

Žáci druhého stupně základních škol se stále častěji setkávají s problematikou kyberšikany, která jim na internetu a zejména na sociálních sítích hrozí. Kyberšikana (též kybernetická šikana, počítačová šikana či cyberbullying) je kolektivní označení forem šikany prostřednictvím elektronických médií, jako je internet, počítač a také mobilní telefony, které slouží k agresivnímu, záměrnému a zejména dlouhodobému poškozování uživatelů těchto médií a internetu. Stále častěji jsou to právě žáci na základních školách, kteří se s kyberšikanou setkávají a mají s ní bohaté zkušenosti, které ovlivňují jejich chování a také budoucnost. Na rozdíl od klasické fyzické šikany, má kybernetický agresor jiné nástroje na ubližování. K útoku na sociální síti nebo internetu totiž stačí kterékoli informační a komunikační médium a připojení k internetu. Následky kyberšikany mohou být pro oběť fatální. Můžeme hovořit o ztrátě zájmů a koníčků, uzavření se do sebe, psychických problémech, které je provází celý život a také mohou vést až k sebevraždě.

Na základních školách je velmi důležité včasné zachycení prevence. Právě primární prevence totiž ovlivňuje přítomnost sociálně-patologických fenoménů ve školním prostředí. Pro efektivní primární prevenci vykonávanou formou výchovy ve školách (ať již realizovanou pedagogy či externími pracovníky) existuje celá škála alternativních možností. Nejčastěji jsou to různé přednášky, besedy a v neposlední řadě právě preventivní programy. Jelikož internet a komunikační média spojené s ním k našemu dnešnímu každodennímu životu patří, proto je žákům důležité říci, že internet a informační a komunikační média nejsou špatná, ale hrozbou může být jejich chování (uživatelů internetu), zejména na sociálních sítích.

Dle mých dosavadních zkušeností se žáky na základních školách, kteří mají s kybernetickou šikanou bohaté osobní zkušenosti, je v tomto ohledu efektivní a účinná prevence více než nutná.

## 1 Kyberšikana

Vzhledem k tomu, že kyberšikana (z angl. cyberbullying) je považována za relativně novodobý fenomén, existuje i celá řada definicí tohoto pojmu. Autorem termínu kyberšikana je Bill Belsey, který kyberšikanu definuje jako opakované, úmyslné, zcela nepřijatelné nepřátelské chování, které je formováno ze strany jednotlivce či skupiny s cílem poškodit ostatní osoby za pomoci informačních a komunikačních prostředků (Cyberbullying, 2016).

Dle Krejčího (2010) je kybernetická šikana definována jako soubor hrozeb, mezi které řadíme trýznění, obtěžování, ztrapňování nebo další útoky prostřednictvím internetu, informačních a komunikačních médií, zejména digitálních technologií, do kterých řadíme například mobilní telefon, počítač nebo tablet (Krejčí, 2010). Kyberšikana je také definována jako elektronická šikana prostřednictvím SMS zpráv, ty jsou odesílány z mobilních telefonů, internetových e-mailů nebo také tzv. rychlých zpráv. Tyto zprávy se dají odesílat z aplikací sociálních sítí - Messenger, WhatsApp nebo dalších webových stránek, které umožňují zasílání rychlých zpráv (Kowalski, Limber, 2007).

Prostředí, ve kterém ke kybernetické šikaně dochází, se odborně nazývá kyberprostor (z angl. cyberspace). Tento pojem představuje prostředí určené pro komunikaci a zároveň označuje i hmotnou infrastrukturu digitální komunikace, nesmírné množství informací v síti, stejně jako osoby, které je užívají, stahují, sdílejí a zásobují (Šmahaj, 2014, s. 15).

V kyberprostoru oproti běžnému reálnému prostředí, které nás obklopuje, platí naprosto odlišná pravidla. Specifická pravidla, která si kyberprostor definuje samostatně a která se velmi často vymykají přirozenému řádu, ve kterém lidské společenství žilo po staletí (Jirovský, 2007, s. 16). Je to specifické prostředí, kam patří rovnost v mezilidské komunikaci a nezávislost na fyzické přítomnosti osoby na určitém místě. Kvůli nedodržování pravidel v kyberprostoru dochází k delikvenci i v tomto specifickém prostředí (Panáček, Žiaková, 2014). Přítomnost a orientace v kyberprostoru by však nebyla možná bez internetu (Šmahel, 2003).

Jedním z hlavních cílů při útoku agresorem je zejména ublížit, zesměšnit a poškodit osobu s použitím informačních a komunikačních médií (Bláhová, Šalšová, 2012). Dle autorek se jedná o úmyslné, nepřátelské a neakceptovatelné chování, které se v mnoha případech opakuje (Buřičová Kadlecová, 2010). Dále autoři uvádí, že kyberšikana neboli elektronická šikana je zjišťována přibližně od začátku nového tisíciletí.

Autorka zmiňuje, že kyberšikana je závažný jev, který je fenoménem dnešní doby, který si žádá o adekvátní a účinné řešení.

Primárním znakem kybernetické šikany je jednorázové, dlouhodobé či stupňující se internetové šikanování proti jednotlivci nebo také proti určité skupině za pomoci nejrůznějších moderních komunikačních prostředků k ublížení člověku (Hollá, 2016). Kybernetickým útočníkem může být kdokoli, kdo je majitelem mobilního telefonu, počítače, tabletu nebo jiných informačních a komunikačních prostředků (Hollá, 2016). Zároveň musí mít připojení k internetu. Útočníka tak nelze jednoznačně označit jako u klasické (fyzické) šikany (Buřičová Kadlecová, 2010).

Kybernetickým agresorem, který je na jedné straně virtuální reality může být i osoba, která byla obětí klasické (fyzické) šikany. Jedná se totiž o tzv. virtuální pomstu, kdy se osoba, která byla dříve šikanovaná, snaží ublížit a útok vrátit osobě, která byla na pozici agresora. Agresor ani oběť nedisponuje tělesnou či mentální přesilou (Buřičová Kadlecová, 2010).

Cílem kybernetické šikany je ublížit nebo pravidelně, v různých časových intervalech ubližovat osobě, zejména psychicky (Rogers, 2011). Velmi často kyberšikana začíná jako klasická (fyzická) šikana a končí formou kybernetické šikany. Agresor se snaží využít získané fotky, videa a poté je šíří pomocí informačních a komunikačních prostředků, sociálních sítí, případně aplikací, kterým pak oběť zastrašuje, že je umístí na internet a uvidí to jeho kamarádi a rodina (Rogers, 2011).

Černá et al. (2013) uvádí, že jedním z nejzákladnějších znaků kybernetické šikany je anonymní jednání. Agresor má strach, že se dozví jeho pravou identitu. Takové chování je protizákonné. V dnešní moderní době je možnost vyhledat člověka pomocí IP adresy za poměrně krátkou dobu (Černá et al., 2013).

### **Formy kyberšikany dělíme do dvou podoblastí:**

- a) jednotlivé projevy kyberšikany - formou neadekvátního chování uživatelů v internetovém prostředí;
- b) oblasti na internetu či v mobilním telefonu nebo počítači, kde ke kyberšikaně dochází, což souvisí s prostředky použitými k její realizaci (Buřičová Kadlecová, 2010).

### ***1.1 Kyberšikana jako sociální problém***

Sociálním problémem je míněna sociální situace nebo stav, o nichž se určitá skupina lidí nebo sami zúčastnění lidé domnívají, že situace vyžaduje adekvátní řešení (Sociologická encyklopedie, 2018).

Dle Sociologické encyklopedie (2018) je pojetí sociálního problému stanoveno ve třech základních rovinách:

1. Objektivní pojetí – stavy či druhy chování, které komplikují dosažení společenských cílů, narušují správné fungování společnosti a sociální rovnováhu.
2. Subjektivní pojetí – jedná se o patologické sociální stavy, které mohou dramatickým a šokujícím způsobem působit na pozorovatele.
3. Kombinované pojetí – zahrnuje objektivní i subjektivní postoj, který je definován jako sociální stav, který je specifický narušením norem a hodnot společnosti či člověka (Sociologická encyklopedie, 2018).

### ***1.2 Kyberšikana jako společenský problém***

Dle Šmahaje (2014) je kyberšikana závažný společenský problém dnešní doby. Kybernetická šikana, a s tím spojené internetové obtěžování má výrazný psychický a emocionální dopad na kybernetickou oběť, která je vystavena internetovému tlaku ze strany agresora. Kyberšikana často končí sebevraždou (Šmahaj, 2014).

Jednotlivé důvody, proč kybernetickou šikanu považujeme za společenský problém stanovil Šmahaj (2014) následovně:

1. Ohroženou skupinou jsou děti, studenti, dospělí, určité profese a také velmi často náhodné oběti.
2. Kyberšikana vyžaduje aktivní přístup ze strany školních zařízení a školského systému ČR.
3. Při řešení kybernetické šikany je velmi úzce spojeno mnoho profesí, institucí a odborníků, kteří pracují na vyřešení situace.
4. Důraz je kladen na osvětu, prevenci a vzdělání – zejména žáků, studentů, ale i rodičů, pedagogických pracovníků a dalších odborníků v této oblasti.
5. Je specifická zájmem politiků a vlády.
6. Týká se oblasti právních norem a jednotlivých legislativ.

7. Tímto tématem se zabývají různé výzkumy, které vyžadují mezinárodní spolupráci ve všech směrech
8. Je velmi nákladná.

### ***1.2.1 Sharenting***

Pojem sharenting označuje nadměrné využívání jakýchkoliv sociálních médií či internetových služeb rodičem či rodiči, kteří na sociální síť vkládají obsah, ve kterém figurují jejich děti (E-bezpečí, 2019).

Tento pojem se skládá ze dvou slov – z ang. share (sdílet) a parenting (rodičovství). Je specifický nadměrným sdílením informací, fotografií a videí, zakládání různých stránek, profilů dětí v internetovém on-line prostředí, zpravidla bez souhlasu dítěte. Tento jev může být v budoucím životě dítěte sociálním a zároveň společenským problémem. V extrémních případech se může jednat i o zakládání tzv. prenatálních profilů dítěte, kde je poté, co se dítě narodí, monitorován jeho život (London School of Economics and Political Science, 2020).

Aktuální stav sharentingu je takový, že představuje stále závažnější problém. Dospívající děti si nepřejí, aby rodiče tento obsah sdíleli na jakékoliv internetové stránky. Fotografie a videa sdílené rodičem či oběma rodiči figurují na internetu ještě mnoho let a může je vidět téměř každý uživatel internetu (Colegio Bruning, 2020). Dospívající děti tento obsah často označují jako urážející, ponižující a nevhodný (E-bezpečí, 2019). Dle dostupného výzkumu *Preparing for a Digital Future* z roku 2017 organizace London School of Economics and Political Sciences jsou tři čtvrtiny rodičů (uživatelů internetu), kteří sdílí alespoň jedenkrát měsíčně fotografii či video svých dětí na internetové stránky (E-bezpečí, 2019). S tím je úzce spojeno i dítě jako komerční nástroj, kdy influenceri a blogeri vydělávají díky tomu, že pravidelně a velmi často sdílejí obsah (zejména fotografie), kde se nachází jejich dítě na internetu (E-bezpečí, 2019).

### ***1.3 Rozdíly mezi kyberšikanou a šikanou***

#### **Kybernetická šikana se odehrává ve virtuálním světě.**

Tak jak se liší virtuální svět od světa reálného, liší se kyberšikana od klasické fyzické šikany, která probíhá například ve škole nebo na pracovišti. Kyberšikana a šikana mají své specifické vlastnosti, podle kterých se dají velmi dobře rozlišit (Černá et al., 2013).

## **Agresor**

Šikana se odehrává v přímém kontaktu mezi osobami, které se konfliktu účastní. Naopak při kybernetické šikaně se útok odehrává anonymně a agresor se právě ve stejnou chvíli může nacházet téměř kdekoli, kde má přístup k internetu. Agresor si drží od oběti určitý odstup, zejména v tom, že si myslí, že na něj nikdo nepřijde. Kybernetický agresor nevidí způsobené škody a lehce zapomene na útoky, které na internetu spáchal (Černá et al., 2013). Autorka také uvádí, že agresorem může být každý uživatel internetu, který má určité potřebné znalosti v internetovém prostředí a umí pracovat s informačními a komunikačními médii. Kybernetický agresor může být slabší jedinec, který páchá odplatu za fyzickou šikanu, se kterou se v minulosti setkal jako oběť (Černá et al., 2013).

## **Místo a čas**

Dle Černé et al. (2013) je jedna z radikálních odlišností ta, že kyberšikana se může odehrávat téměř v jakémkoliv čase a na jakémkoliv místě, mezitím co šikana, která se odehrává mezi agresorem a obětí na stejném místě ve stejný čas, tedy musí být přítomné obě strany. Zjištění, že k internetu za pomoci informačních a komunikačních médií se může agresor připojit kdekoli a kdykoli, oběti přispívá k psychickému týrání (Černá et al., 2013).

## **Oběť**

Autorka dále uvádí, že absolutně nezáleží na věku, pohlaví, fyzické síle, ani na úspěšnosti dané oběti či útočníka ve společnosti (Černá et al., 2013). Původcem kybernetické šikany může být téměř každý, kdo má určité znalosti informačních a komunikačních technologií a může jím být i fyzicky slabý jedinec. Z mnohých výzkumů orientovaných na šikanu a kyberšikanu vyplývá, že oběti tradiční, tedy fyzické šikany se často stávají i oběti kyberšikany. Výzkumy také dokazují, že oběti kyberšikany tráví více času na internetu, bývají velmi málo obeznámeny s internetovými riziky, která jsou často podnětem kyberšikany, a proto se v internetovém prostředí chovají nebezpečně. Oběti kyberšikany se může stát téměř kdokoli, jakýkoliv uživatel internetového prostředí, nejedná se tedy o žádnou specifickou skupinu lidí. Autorka dále uvádí, že oběti kybernetické šikany se může stát i agresor klasické šikany, role agresora a oběti se vzájemně promění a ze šikany, která se odehrává například velmi často ve školním prostředí, se stane kyberšikana, která se odehrává v kyberprostoru, kde se oběť fyzické šikany (většinou se jedná o fyzicky

slabší jedince) mstí (Černá et al., 2013). Dalším příkladem oběti kybernetické šikany může být osoba, která v kolektivu funguje a pracuje naprosto bez jakýchkoliv problémů, má několik přátel, pozitivní postavení v sociální skupině, ale ve virtuálním internetovém prostředí se stane zranitelným jedincem (Černá et al., 2013). Kybernetický agresor najde zveřejněné osobní informace o osobě a rozhodne se je zcela bez jakýchkoliv důvodů zneužít. Při šikaně na internetu, ale i ve školním prostředí si agresor může vybrat osobu, která je zranitelná na první pohled (Hollá, 2016).

Těmto osobám se říká tzv. pasivní oběti. Jsou to osoby, jedinci, kteří mají určité znaky:

- fyzická nezdatnost;
- snížená asertivita;
- neoblíbenost ve skupině či pracovním kolektivu;
- nevyhledávají aktivní společnost;
- jsou negativně zainteresovány do kolektivu;
- velmi obtížně dokáží prosazovat své osobní názory;
- mají velmi často strach komunikovat s ostatními lidmi (Černá et al., 2013).

### **Sekundární útočníci**

Černá et al. (2013) zmiňuje základní prostředky, které agresor velmi často používá k tomu, aby poškodil oběť. Základním prostředkem je rychlé a také jednoduché šíření souborů ve virtuálním prostoru pomocí různých aplikací, sociálních sítí a internetových komunikačních prostředků. Nejčastěji jsou to osobní či intimní fotografie, videa či zvukové nahrávky, které obsahují soukromé informace jedince. Kybernetická šikana má jednu základní zvláštnost, a to že se odehrává před neomezeným množstvím publika, které tvoří uživatelé sociálních sítí nebo internetu. Toto publikum navštěvuje různé webové stránky, které jsou k internetové diskusi určené. Agresor na internetu nemusí oběť napadat pravidelně či opakovaně, ale bohužel v tomto případě stačí, když si jeden uživatel fotografii uloží do počítače, či ji pošle nebo ji bude sdílet dál na další sociální síť, které jsou velmi často mezi sebou propojené společným účtem (Černá et al., 2013).

### **Neúmyslná kyberšikana**

Obětí kybernetické šikany se může stát úplně každý. Výsledkem kyberšikany může být i to, že vyhodnotíme situaci nebo také reakci člověka nesprávně. Neuvědomujeme si, že



tento vtip může způsobit osobě psychické problémy, které mohou mít na jednotlivce zdravotní i psychický dopad, který ho může provázet celý život (Hartlová, Hartl 2010).

### **Důsledky kyberšikany**

Kyberšikana je velmi často spojována s psychickým zneužíváním oběti, kterou není na první pohled snadné určit (na rozdíl od šikany klasické, kde je modřina specifickým znakem). Obětí kyberšikany se často stávají jedinci s introvertní povahou a nikomu se nesvěří se svým problémem, což vede k celkovému nezvládnutí situace člověka (Kolář, 2011).

### **U kybernetické šikany je velmi obtížné:**

- a) **zaručit rychlou ochranu oběti** – zejména v tom, aby bylo možné ihned odstranit profil osoby (útočníka), na kterém ke kyberšikaně dochází, zajistit odstranění souborů a materiálů z internetu, které slouží jako podnět ke kyberšikaně a také efektivně a rychle zastavit další šíření kybernetické šikany v internetovém prostředí (Kopecký, Szotkowski, 2013).
- b) **zaručit určitý počet svědků** – většinou však svědci chybí, internetové publikum je sice v některých případech velmi rozsáhlé a téměř anonymní, nelze tak jednoduše identifikovat, kdo o kybernetické šikaně má získané jakékoli informace (Kopecký, Szotkowski, 2013).
- c) **vyhledat pachatele** – u tradiční fyzické šikany je velmi často agresor znám, u kyberšikany však velmi často agresor vystupuje na internetu pod určitou přezdívku nebo nickem, využívá anonymní prostředí, a s tím spojenou anonymitu – může se jednat o zakládání falešných profilů a účtů na různých internetových platformách (Kopecký, Szotkowski, 2013).
- d) **rozlišit, kdy jde o kyberšikanu a kdy ne** – děti mezi sebou velmi často nevhodně žertují a nerozpoznají hranice kyberšikany, nevědí a nedokáží posoudit, že nevhodný žert může mít na jedince závažné psychické dopady. Často také neví, koho kontaktovat, když se s kyberšikanou na internetu setkají v roli oběti, jaké základní kroky podniknout nebo přijít téměř kdokoli – zejména registrací. Nástroje kybernetické šikany, zejména fotografie, uživatelé sdílí mezi sebou. Internetové obecnost navyšuje sílu kyberútoků a tím i mnohem více posiluje negativní

následky, které se u internetových obětí mohou objevit (Vágnerová, 2004). Internetoví uživatelé, kteří jsou v dané situaci přítomni, mohou k těmto projevům přidávat osobní psané poznámky či připomínky a kybernetického agresora tak při útoku podporovat. Oběť internetové šikany je tak pod neustálým drobnohledem vysokého počtu přítomných osob (Rottová, 2009).

- e) **obtížná kontrola a síla v šíření** – jednotlivé podněty kybernetické šikany šířené prostřednictvím informačních a komunikačních technologií se velmi obtížně sledují. K vypátrání hrozícího nebezpečí na internetu je tak zapotřebí mnohem více času než v prostředí reálném. Eventuální oběť internetové šikany je vystavena opakovaným a nekontrolovatelným obavám kdy k útoku může dojít. Mezi nejčastější útoky patří posílání zpráv s urážejícím či hanlivým obsahem na určité sociální síti nebo prostřednictvím SMS zpráv pomocí mobilního telefonu (Rottová, 2009).

#### ***1.4 Typy kybernetických útoků***

Kybernetická šikana je specifická tím, že existuje mnoho způsobů, jak internetové oběti ublížit. Může se jednat o krádež osobních údajů z osobního počítače či mobilního telefonu (Kolář, 2011). Další formou může být posílání hanlivých, často až obtěžujících SMS zpráv a e-mailů. Cílem těchto útoků je dané osobě ublížit a zesměšnit ji (Švestková et al., 2019).

Internetový predátor může vytvářet internetové weby a na nich zveřejňovat specifický, urážející obsah týkající se jedné či více osob, bez ohledu na to, zda tyto osoby zná (Říčan, Janošová, 2010). Osobu tento zveřejněný obsah může zesměšnit, jelikož si jej může prohlédnout neurčitý počet internetových uživatelů na různých diskusních fórech, blozích, sociálních webech umožňující seznámení nebo jednotlivých seznamkách. Může se stát, že si agresor pořídí fotografie či videa i sám a poté je zveřejní na internetu bez souhlasu osoby. Tyto soubory, které umístí na internetové stránky, se mohou dostat ke spolužákům či učitelům. Je velmi časté, že osoba, která je na fotografiích či na videu zaznamenána, neví že tento soubor vznikl a byl umístěn na internetovou síť. V tomto případě si potom osoba připadá méněcenná – jedná se o narušení osobní svobody jedince. Kybernetická šikana se děje bez osobního kontaktu v kybernetickém prostoru, obvykle mimo školní prostředí (Říčan, Janošová, 2010).

Rozlišujeme dvě formy útoků, a to útoky, které jsou přímé a útoky které jsou nepřímé. Kožíšek a Písecký (2016) zmiňují, že útoky, které jsou definovány jako nepřímé, jsou tzv. útoky v zastoupení jiné osoby, kdy kyberšikanu vykonává někdo jiný než původce. Často se takto nevědomě stává komplicem a podílí se tak na internetovém útoku (Kožíšek, Písecký, 2016). Dále uvádí, že agresor může získat heslo oběti, nabourá se do jeho účtu nebo si založí internetový účet s falešný profilový účet s totožností oběti (Kožíšek, Písecký, 2016).

#### **1.4.1 Přímé útoky**

**Blogování** – jedná se o zveřejňování zejména intimních souborů, informací a pomlouvání prostřednictvím internetového blogu. Zveřejněné informace nemusí být zcela pravdivé (Martínek, 2015).

**Bluejacking** – forma útoku pomocí zasílání nevyžádaných tzv. rychlých zpráv za pomoci mobilní funkce Bluetooth formou fotek, obrázků a emotikonů na mobilní telefon oběti. Jedinec, který tyto tzv. rychlé zprávy přijímá, nezjistí odkud pochází (Martínek, 2015).

**Catsishing** – situace, kdy pachatel ukradne dítěti či dospělé osobě osobní data (soubory na internetu) ve formě fotek, videí či osobních údajů, díky kterým vytvoří falešnou identitu na sociální síti. Člověk, který skrývá svoji identitu záměrně označuje jako catfish. Internetový predátor hledá a prochází různé internetové stránky, blogy či individuální profily osob a hledá veřejně dostupné informace, které by mohl použít. Autoři uvádí, že je velmi těžké rozklíčovat motiv takového jednání. Publikování nevhodných či lživých informací poškozují dobré jméno a reputaci internetové oběti (Dočekal, Eckertová, 2013).

**Cyberstalking** – je tzv. elektronickou verzí poměrně známého stalkingu. Pojem definuje dlouhodobé, opakované a stupňované pronásledování a obtěžování jedince pomocí moderních technologií. Tento útok může obsahovat např. výhružky, obtěžování formou monitorování osobního počítače nebo zahlcování mobilního telefonu neustálými SMS zprávami. Útočník těchto aktivit nenechá ani po opakovaném upozornění ze strany oběti. Specifické nebezpečí cyberstalkingu spočívá v tom, že může přejít z elektronické podoby do reálného světa (Dočekal, Eckertová, 2013).

**Dissing** – internetovým útočník je dobrým přítelem oběti, útočník zneužije citlivé a osobní údaje o dané osobě, které zveřejní na internetové stránce a poškodí tak daného

člověka, se kterým je v přátelském vztahu. Agresor tak může zainteresovat i další přátele a zničit tímto útokem i přátelství ostatních. Internetový útočník může také zneužít různé fotografie či videa, které mu byly zaslány přímo od oběti. Velmi časté je zveřejnění intimních fotografií mezi partnery – jeden partner se mstí tomu druhému, popřípadě se ho může snažit vydírat, a tak ho přimět k návratu do vztahu (Dočekal, Eckertová 2013).

**Exclusion** – záměrné, velmi závažné až kruté vyloučení osoby z komunity či určité specifické skupiny lidí. Žák základní školy může být takto vyloučen (vyhozen) z party kamarádů, určité skupiny na internetové stránce, chatovací místnosti, ale také i v přímém kontaktu, například z narozeninové oslavy. Významným faktorem a také důvodem, proč k takovému vyloučení může dojít je to, že vzhledem k slabší sociální vrstvě dítě nemá přístup k mobilnímu telefonu, počítači nebo nemá připojení k internetu jako jeho spolužáci (Dočekal, Eckertová, 2013).

**Fake profile** – vytváření falešných identických profilů na sociálních sítích. Ty jsou zakládány primárně za účelem skrytí identity agresora. Falešný profil může obsahovat smyšlené, zkreslené či smíšené informace různých osob. Záměrem je využít tento profil k tomu, aby bylo možné páchat kyberšikanu na internetu vůči osobě či skupině (Dočekal, Eckertová, 2013).

**Fraping** – internetový predátor záměrně vytváří falešné stránky (fanpage) či uživatelské profily pod pravým jménem oběti. Profil se může skládat z reálných informací získaných na internetu nebo zcela smyšlených. Tato forma kybernetická šikany je pro oběť velmi závažná, jelikož se oběť nemůže žádným způsobem bránit a na veřejné příspěvky reagovat, popřípadě je uvést na pravou míru nebo je ihned smazat. Agresor v tomto případě na stránkách či profilech publikuje soukromé, citlivé či nepravdivé informace, které se týkají oběti. Velká míra závažnosti tohoto nevhodného chování je také dána tím, že si druhá osoba, která šikanu na internetu páchá, své protiprávní jednání neuvědomuje a považuje ho za vtipné či neškodné (Dočekal, Eckertová, 2013).

**Happy slapping** – tento termín v překladu znamená „veselé fackování“. Základním principem je nečekané fyzické napadnutí mladistvého či dospělého člověka, přičemž samotný agresor nebo jeho komplic celé napadení nahrává na mobilní telefon (popřípadě na kameru). Nahrané video agresor umístí na internet, sociální síť nebo na webovou stránku, která umožňuje nahrání videí, kde je určeno, aby pobavilo internetové publikum a bylo šířeno dál. Oběti této formy kyberšikany může být téměř každá fyzická osoba,

kteřá se může pohybovat naprosto kdekoli. Ideálním místem pro toto napadení jsou parky či málo frekventovaná místa (Martínek, 2015).

**Harrasment** – v překlade znamená tento výraz obtěžování, které je založené na neustálém, pravidelném kontaktování oběti formou SMS či tzv. rychlých zpráv. Tato forma je velice častá a žáci se s ní vyrovnávají poměrně špatně. Zprávy, které pochází ze strany internetového útočníka, jsou často velmi krátké, vulgární a opakované. Zprávy jsou velmi často zasílány z internetu. Agresor chce u oběti vyvolat pocit neustálého strachu. Síla v tomto útoku spočívá právě v nadměrné frekvenci zasílaných zpráv a jejich nadměrném množství (Martínek, 2015).

**Internetové hlasování** – internetový agresor na internetovou stránku umístí anketu, která má za účel poškodit a zesměšnit osobu. Internetové publikum poté může na případnou anketu odpovídat psaným komentářem či vybráním určité odpovědi (Martínek, 2015).

**Cyberbullying** – v překlade tento výraz znamená kybersikana. Jedná se o záměrné zveřejňování intimních, lživých informací a obrazových materiálů, zejména fotek či videí. Agresor umístí materiál na internet a ostatní uživatelé jej mohou dále šířit (Martínek, 2015).

**Kybergrooming** – internetový útočník si vytváří s obětí na internetu zpočátku velmi důvěrný vztah pomocí zpráv, které jsou velmi lichotivé a osobní se záměrem, aby oběť, se kterou se na internetu seznámil, vylákal k osobnímu setkání. S kybersikanou se může setkat téměř kdokoli, terčem většiny útočníků jsou však zejména dívky či chlapci nezletilého věku (Kolouch, 2016). Oběti těchto útoků se velmi často stávají dívky ve věku 11-17 let, které poměrně často využívají informační a komunikační média ke komunikaci a seznamování, trpící nedostatkem sebedůvěry a pocitem samoty.

Ve většině případů jsou dívky otevřené k manipulaci a neznalé rizik internetového prostředí, zejména při internetové komunikaci (Kohout, Krchňák, 2016). Kybergrooming se nejčastěji odehrává v oblasti instant messengerů (Facebook Messenger, Skype), sociálních sítí (Facebook, Twitter, Badoo) a internetových seznamkách (Kohout, Krchňák, 2016). Dle Kohouta a Krchňáka (2016) má kybergrooming téměř vždy typický a specifický průběh, který má zcela jasné příznaky:

- navození důvěrného vztahu;
- izolace oběti od okolního prostředí (rodiny, přátel);

- podplácení formou hodnotných dárků, financí;
- emocionální závislost oběti na útočnickovi;
- reálné setkání mezi obětí a agresorem;
- sexuální zneužití či sexuální obtěžování oběti (Kohout, Krchňák, 2016).

Efektivní ochrana spočívá v primární prevenci, dobré informovanosti o tomto riziku mezi dítětem a rodiči, ale také nastavení určitých pravidel a norem v internetovém světě, která spočívá v základní fungující komunikaci s rodinou (Dočekal, Eckertová, 2013).

**Outing** – kyberagresor využívá veřejné internetové stránky, kde záměrně zveřejňuje soukromé, citlivé či nepravdivé informace o své oběti s cílem ji veřejně zesměšnit nebo prozradit její osobní informace. Primárně se v tomto případě jedná o zveřejnění homosexuální či bisexuální orientace jedince. Agresorem je člověk, který oběť velmi dobře zná. Informace o orientaci mohou být pravdivé, ale i smyšlené ze strany agresora. Tento typ útoku je pro oběť velmi nebezpečný, a to hlavně z toho důvodu, že se oběť dostává do psychické nepohody (Dočekal, Eckertová, 2013). Dopady na oběť mohou být velmi zásadní, a to ve smyslu budoucí kvality života oběti v dospělosti (Martínek, 2015).

**Phishing** – při tomto typu útoku se jedná o krádež hesel (pinů) kreditních karet, které poté kybernetický útočník zneužije ve svůj vlastní prospěch. Může se také jednat o krádež rodných čísel, hesel, které umožňují přístup k osobním či pracovním e-mailovým účtům či sociálním sítím (Dočekal, Eckertová, 2013). Phishing se velmi často šíří nepravdivými, nevyžádanými e-mailovými zprávami (spam) nebo automatickým přesměrováním na falešné internetové stránky či prohlížeče (Avast, 2020).

**Trolling** – častá, velmi obtěžující činnost na internetových stránkách umožňující diskusi či chatování, sdílení nevhodných příspěvků a bezvýznamná kritika (It-slovník, 2020). Hlavním cílem je vyprovokovat osoby (návštěvníky, diskutující) dané chatové místnosti k dalším on-line odpovědím a reakcím. S touto formou se setkáváme v prostředí internetu velmi často. Tento typ útoku vede uživatele ke vzteku, slovním útokům, kterými se mohou sami znemožnit (Dočekal, Eckertová, 2013).

## 2 Sociální sítě

Dle dostupných informací Jak na internet (2020) jsou sociální sítě nejzásadnějším fenoménem 21. století, které formují dnešní novodobou společnost (Jak na internet, 2020). Sociální síť je jeden z hlavních zdrojů zábavy, nástroj, který vede k seberealizaci, prostředek dnešní moderní komunikace, k navazování či udržování lidských poměrů, ať již přátelských či partnerských (CZ.NIC, 2020).

Sociální sítě mají i své negativní stránky, které si uvědomuje málokdo. Nejčastěji je to právě riziko kybernetické šikany, která se na sociálních sítích často odehrává. Dle Univerzity Palackého, která prováděla výzkum s názvem: Rizikové chování českých dětí v prostředí internetu (2015) se 50,62 % dětí setkalo s některým typem kybernetické šikany na sociálních sítích. V tomto výzkumu bylo zjištěno, že děti mají zkušenosti s verbálními útoky, vydíráním, neustálým a pravidelným prozváněním, ztrapňováním, šířením osobních či intimních fotografií a videí (Seznam se bezpečně, 2015).

### 2.1 Rozdělení sociálních sítí

První sociální síť byla založena v roce 1997 (CZ.NIC, 2020). Byl to zároveň i první projektový návrh, který nesl název Sixdegrees.com. Tato platforma poskytovala lidem možnost vytvořit si osobní profil a spojit se tak s dostupnými přáteli. Tato sociální síť byla ukončena v roce 2001. Právě tato sociální síť definovala význam a funkci dnešních sociálních sítí – základ zůstal stejný jako v minulém století (CZ.NIC, 2020).

#### **Sociální sítě rozdělujeme na osobní a profesní:**

- a) **osobní sociální sítě** – Instagram, Facebook, TikTok, MySpace, Twitter, , Badoo, Hi5, Friendster, Spolužáci, Lidé.cz, Jagg.vz, Linkuj.cz, Color, Foursquare, Google Plus;
- b) **profesní sociální sítě** – LinkedIn, Visible.me, či Xing (CZ.NIC, 2020).

Dnes funguje přibližně 200 společensky orientovaných internetových stránek, které navštěvuje přibližně 46 % celosvětového obyvatelstva. Sociální sítě jsou součástí našich dnešních životů a pro některé z nás každodenním rituálem (CZ.NIC, 2020).

Mezi nejznámější sociální sítě řadíme: Instagram, Facebook, Twitter a další, kde se přihlásí miliony uživatelů za den. Hlavním prvkem těchto sociálních sítí jsou sdílené

soubory, zejména fotografie a videa, informace, zprávy, osobní komentáře, které se šíří velkou rychlostí, kde je přeposílají a sdílejí uživatelé určité sociální sítě (Kopecký, 2019). Dle Kopeckého (2019), je v současnosti nejnovější a nejnavštěvovanější sociální sítí aplikace TikTok, která je absolutním hitem dnešní doby (Kopecký, 2019). Aktuálně aplikaci Tik Tok využívá měsíčně přibližně půl miliardy uživatelů z celého světa (Motherboard, 2018).

Dle Kopeckého (2019), Tik Tok využívá stále více uživatelů z ČR, a to zejména děti a mladiství, přičemž Tik Tok častěji a velmi aktivně využívají mladé dívky. Veškerá videa, která děti ale i dospělí na Tik Tok nahrají, se v základním nastavení aplikace stane bezprostředně a zcela veřejnou, a tedy také velmi snadno šířitelnou na dalších sociálních sítích. Dalším faktem je to, že aplikace je extrémně jednoduchá a nepotřebujete žádné uživatelské účty, lze tedy videa sledovat bez přihlášení uživatele (Family Online Safety Institute, 2018). Aplikace umožňuje komukoliv, kdo ji navštíví, okamžitý přístup k nekonečnému sledování videí (Kopecký, 2019).

Sociální sítě navštěvují všechny věkové skupiny, nejvíce však mladí lidé ve věku 13 až 30 let. Veškerý zveřejněný obsah a získané dostupné informace mohou uživatelé přeposlat dalším uživatelům internetu ale i těm, kteří internet nevyužívají (Černá et al., 2013). Velkým problémem je, že kybernetická šikana je nelehce rozpoznatelná rodičem či učitelem (Černá et al., 2013).

Studie The Institute of Electrical and Electronics Engineers (2018) přichází s faktem, že rostoucí využívání sociálních sítí vede ke vzniku počítačové kriminality a umožňuje přístup na místa a do zemí, které byly dříve elektronicky nedosažitelné. Využívání sociálních médií online extremisty představuje novou formu hrozby pro širokou veřejnost (Klausen et al., 2018).

## ***2.2 Znaky sociálních sítí***

Sociální sítě mají své specifické znaky, které definuje společnost Správce domény, CZ.NIC (2020):

### **a) Tvorba komunit**

Tato funkce je pro sociální sítě klíčová. Uživatelé internetového prostředí se mohou zapojovat do různých společenství (komunit, skupin nebo přátelství) a vytváří tak tzv. sítě vztahů na základě stejného zájmu nebo názoru člověka. Například se do přátel přidávají lidé ze stejného města, lidé, kteří sledují stejný seriál nebo film, fanoušci konkrétních



sportovních aktivit, lidé, kteří vaří nebo pečou. Poté sdílejí své osobní názory, vedou diskuse o daném tématu nebo si vzájemně zasílají fotografie (například výtvorů). Hlavním cílem všech sociálních sítí je sdílení obsahu (CZ.NIC, 2020).

#### **b) Registrace a profil**

Aby mohl člověk navštěvovat konkrétní sociální síť, musí si nejdříve založit profil nebo se zaregistrovat. Vytváříme si tzv. virtuální vizitku, kde vložíme své osobní údaje, které se nám zobrazují na sociální síti a lze nás podle nich i identifikovat. Tyto údaje jsou většinou na internetu dohledatelné a viditelné i pro ostatní uživatele sociální sítě. Většinou se jedná o jméno, příjmení, místo bydliště, portrét či vlastní fotografie, popřípadě stručný životopis, dosažené vzdělání, informace o rodinném vztahu, možnosti, jak danou osobu kontaktovat, nebo osobní zájmy a koníčky. Veškeré informace jsou však citlivé a osobní. Každý uživatel by si měl před tím dobře rozmyslet, které informace chce zveřejnit. Uživatel má také možnost informace nevyplňovat (CZ.NIC, 2020).

#### **c) Vzájemné působení**

Dle CZ.NIC (2020) se uživatel na sociální síti může ukázat primárně formou svého profilu a také prostřednictvím příspěvků (statusů), jedná se o sdílení nálady, názorů, fotografií nebo videí, které se zobrazují dalším uživatelům dané sociální sítě. Tito uživatelé poté mohou na jednotlivé příspěvky reagovat. Existují různé možnosti, jak může uživatel sociální sítě zareagovat, základ reakce na sociálních sítích je vždy stejný či téměř podobný.

#### **Uživatel může reagovat daným způsobem:**

- a) označit příspěvek a podpořit jeho obsah či zobrazení ostatním uživatelům (na sociální síti Facebook je to palec nahoru – tzv. like, na Twitteru tzv. favourite;
- b) napsat odpověď prostřednictvím komentáře pod daným příspěvkem, může se jednat o slovní komentář či reakce formou emotikonu;
- c) sdílet příspěvek na osobním profilu uživatele – uživatel, který příspěvek sdílí, dává najevo souhlas s příspěvkem, jeho myšlenkou (CZ.NIC, 2020).

V dnešní době je u mladých uživatelů sociálních sítí časté používání zkratk a emotikonů. Tyto pojmy společně vytvářejí novodobý slang, který je většinou pro dospělé nebo pro osoby, které neužívají internet nesrozumitelný (viz Příloha č. 3).

### ***2.3 Bezpečnostní pravidla pro uživatele sociálních sítí***

Každý uživatel, který se pohybuje na sociálních sítích, by měl dodržovat určitá bezpečnostní pravidla, která jsou základem osobní ochrany člověka dle CZ.NIC (2020):

- ochraňovat si své soukromí, nesdělovat osobní údaje o své osobě ani o svých nejbližších;
- nepřidávat si do přátel všechny, kteří nás o přátelství požádají, nevíme totiž, zda se za určitým profilem neskrývá falešná osoba;
- nevěřit všemu, co na internetu najdeme;
- nesdělovat svoji adresu, datum odjezdu na dovolenou, neboť velmi často se stává, že tuto situaci využije zloděj a rozhodne se vám vykrást byt;
- nepůjčovat peníze přes internet a sociální sítě;
- dávat pozor na počítačové viry, které jsou obvykle součástí e-mailových příloh nebo různých součástí internetových stránek;
- používat silná hesla, která obsahují kombinaci několika písmen a čísel (CZ.NIC, 2020).

### ***2.4 Netiketa aneb chování na internetu***

Dle aktuálních informací serveru Bezpečně online (2020) je Netiketa soubor základních pravidel, jak by se měl uživatel na internetu chovat, pokud nechce být ohrožen internetovými riziky a kybernetickou šikanou. Jedná se o pravidla, která sice nejsou povinná, ale měl by je internetový uživatel dodržovat.

Stanovení pravidel je následovné:

1. Internetový uživatel by neměl zapomínat, že na druhé straně internetu není počítač ale člověk, se kterým uživatel komunikuje.
2. Pravidla, která dodržujeme v reálném životě, by měl uživatel dodržet i na internetu.
3. Snažit se psát bez chyb a srozumitelně.
4. Internetový uživatel by neměl porušovat autorská práva.

5. Nerozesílat reklamu, spam a nešířit hoaxy či fake news, kterých je na internetu nadměrné množství.
6. Člověk by na internetu neměl zneužívat svoji moc.
7. Respektovat soukromí ostatních uživatelů sociálních sítí.
8. Nerozesílat lživé zprávy a dezinformace.
9. Brát ohled na ostatní (Bezpečně online, 2020).

### 3 Netolismus – závislost na internetu

#### 3.1 Specifika závislosti na internetu (netolismu)

Informační a komunikační média, která jsou součástí dnešního života nejen mladých lidí, se od počátku civilizace neustále formují a vyvíjejí kupředu. Aktuální a poslední vývojová etapa je velmi zásadní – digitalizace. Tato etapa přichází s rozvojem internetového připojení, počítačem a také mobilními telefony (Sak, 2007). Etapa digitalizace s sebou přináší mnoho výhod, ale také širokou škálu rizik pro lidstvo. Autor uvádí, že zásadním a velmi častým rizikem je závislost. Dle Spitzera (2014) se závislost na informačních a komunikačních médiích velmi často podobá závislosti na alkoholu, a to v tom smyslu, že mohou způsobit zcela zásadní poruchy vývoje (Spitzer, 2014).

Závislost na internetu je fenoménem moderní doby, avšak zároveň i zásadním problémem. Pokud osoba pozoruje ať už na sobě, či na svých blízkých (rodině), že tráví značné množství na internetu hraním on-line her, neustálým navštěvováním sociálních sítí, nakupováním přes internet nebo se domnívá, že moderní přístroje a technika narušuje jeho zaměstnání, školní docházku nebo fungování rodiny, pak má k závislosti na internetovém připojení opravdu blízko (Spitzer, 2014). Definice závislosti na internetu je dle autora používání internetu, které do života osoby přináší určité sociální, psychologické, školní či pracovní komplikace (Beard, Wolf, 2001). Závislost na internetovém prostředí zahrnuje neschopnost jedince kontrolovat své užívání internetu, které je specifické podrážděným či náladovým chováním v důsledku nemožnosti jeho pravidelného či neustálého využívání (Shapira, McElroy, 2000). Internetová závislost se označuje pojmy „netolismus“ či „netholismus“. Tyto termíny označují závislostní chování, které je charakteristické připoutáním na tzv. virtuální drogy, mezi které řadíme počítačové či on-line hry, internet, virální forma videí či televize (Netolismus, 2015).

Mezi nejrizikovější skupiny, které se mohou stát závislými na internetu patří teenageři a děti (Spitzer, 2014). Zásadním problémem je obrovské obklopení moderními technologiemi, které na nás útočí téměř na každém kroku, jelikož se mnoho běžných činností přesouvá do virtuálního prostředí (Švestková et al., 2019). Závislost na internetovém prostředí je charakteristická nepřiměřeným časem stráveným na internetových stránkách (Divínová, 2005). Závislost na internetu s sebou přináší určitá specifika, mezi která řadíme časté změny nálad, konflikty a abstinenční příznaky (Jak na internet, 2020). Na závislost na internetu navazuje také závislost na mobilním telefonu,

kteřá je charakteristická neustálou kontrolou mobilního telefonu či absolutní neschopností se bez něj obejít (Kalina, 2008). S rizikem závislosti je velmi často spojován kyberstalking, kybergrooming, dětská pornografie či kyberšikana. V případě vytváření závislosti je v základní fázi role rodiče. Rodič musí stanovit určité hranice již zpočátku – od útlého věku (Spitzer, 2014). Na druhou stranu, pokud člověk pravidelně sleduje videa na sociálních sítích k tomu určená či na stránkách internetu, jste často “on-line“, obvykle nakupete přes internetové e-shopy, ještě neznamená, že je závislý na internetu (Švestková et al., 2019). Zásadním znakem závislosti na internetu je, když aktivity na internetu začnou zasahovat do každodenních (běžných) činností člověka a určitým způsobem je narušovat (Nešpor, 2011). Závislost má značný dopad na omezení běžných činností, zejména v časové tísní. Jedinec poté nemá dostatek času na činnosti, které jsou základní a běžné, jedná se například o práci, úklid, domácí úkoly či hygienu (Švestková et al., 2019).

### ***3.2 Příznaky závislosti na internetu***

Aby se mohlo uvádět, že je osoba závislá na internetu, musí být u člověka přítomno šest základních příznaků, které definoval Griffith (2004):

- a) **Významnost** – internetové aktivity či aplikace se stanou nejdůležitější složkou daného člověka. Tyto aktivity postupně začnou ovládat jeho myšlení, citění a chování. U takového jedince dochází k radikálnímu zhoršení společenského chování.
- b) **Změna nálady** – jedinec má nestálé změny nálad, jedná se o pocity vzrušení, fenomén tzv. flow (jedinec nevnímá okolí, ponoří se do internetového prostředí, tento stav je podobný změněnému stavu vědomí). Tento stav se pravidelně opakuje.
- c) **Zvyšování tolerance** – jedinec neustále prodlužuje strávenou dobu na internetu. Funguje to jako závislost na drogách nebo alkoholu, kde závislý jedinec neustále zvyšuje svoji dávku.
- d) **Abstinenční symptomy** – jedince doprovází nepříjemné příznaky, které jsou přítomné po ukončení aktivity na internetu nebo při částečném omezení. Tento stav se projevuje primárně nervozitou, vztekem či smutkem.

- e) **Rozpor** – nadměrné užívání internetu vede k rozporu se sebou samým (intrapsychický konflikt) nebo v mezilidských vztazích. Projevuje se ztrátou kontroly nad sebou samotným či vnitřní rozpolceností.
- f) **Rekulence** – znázorňuje opětovný výskyt i po delším abstinenčním chování (Griffith, 2004).

### **3.3 Druhy netolismu**

Dle Kopeckého (2013) se druhy netolismu člení do pěti základních skupin:

- a) **Virtuální sexualita** – závislost, která je velmi častá, specifická nutkavým vyhledáváním a následným využitím internetových stránek s erotickým (pornografickým) obsahem, které vedou k uspokojení uživatele.
- b) **Virtuální vztahy** – závislost, kde se uživatel nadměrně vyhledává a věnuje se virtuálním (internetovým) vztahům, která jsou nereálné. Tyto vztahy jsou založeny na bázi on-line komunity, pomocí sociálních sítí, především na webech, které umožňují uživatelům, kteří se zaregistrují, seznámit se.
- c) **Internetové kompulze** – specifická závislost na hraní počítačových či on-line her, nadměrné internetové nakupování jakéhokoli zboží, sázky přes různé servery.
- d) **Nadměrné množství informací** – závislost na neustálém vyhledávání veškerých informací na internetu, v internetových databázích a serverech. Často vede až k dezinformacím a přetížením jedince internetovými zdroji.
- e) **Závislost na informačních a komunikačních médiích** – závislost, která je specifická nadměrným používáním mobilního telefonu, osobního či pracovního počítače k jakýmkoliv internetovým činnostem (Kopecký, 2013).

### **3.4 Projevy netolismu**

Mezi základní projevy netolismu, které se mohou u osob projevit řadíme následující specifické oblasti:

- a) **Fyzické problémy:**
  - bolesti zad a krční páteře;
  - pálení a bolest očí;

- bolest hlavy;
  - bolest horních končetin;
  - pocit chladných konečků prstů;
  - křeče prstů;
  - necitlivost v prstech, v dlaních;
  - mravenčení v horních i dolních končetinách (Krčmářová, 2012).
- b) **Dezorientace v čase:**
- nadměrná, zvýšená časová tolerance v internetovém prostředí;
  - z důvodu neustálé přítomnosti k připojení internetu uživatel upřednostňuje bezdůvodné brzké vstávání či dlouhé ponocování za účelem být on-line (Blinka, 2015).
- c) **Psychické projevy:**
- pocit méněcennosti, odloučení a prázdnoty v době, kdy člověk není připojen k internetu na počítači nebo mobilním telefonu;
  - nervozita, neklid v důsledku plánovaného či neplánovaného odpoutání se od internetu na mobilních telefonech nebo počítačích (ztráty připojení);
  - časté, nadměrné přemýšlení o internetu, počítači, telefonu, když je osoba právě nevyužívá;
  - zatajování dalším osobám (rodině, přátelům, partnerovi/ partnerce) strávený čas na internetu;
  - počítač a mobilní telefon osoba užívá k tomu, aby unikla od svých reálných problémů s reálnými lidmi ve svém životě;
  - nadměrná agresivita v důsledku hraní počítačových či on-line her (Blinka, 2015).
- d) **Psychosociální projevy:**
- narušené rodinné vztahy a vazby;
  - ztráta či nedostatek přátel;
  - výměna skutečných přátel za „virtuální kamarády“, se kterými se člověk seznámil na internetu a osobně je nezná (Kopecký, 2015).
- e) **Projevy spojené se zaměstnáním či školní přípravou:**
- nesplněné pracovní záležitosti / domácí úkoly;
  - zanedbávání pracovních či školních povinností;
  - zhoršující se pracovní nasazení / prospěch ve škole (Kopecký, 2015).

## **4 Prevence kyberšikany na základních školách**

Pešatová (2007, s. 90) definuje prevenci jako *souhrn veškerých konkrétních aktivit realizovaných s cílem předejít problémům a následkům spojených se sociálně patologickými jevy, případně minimalizovat jejich dopad.*

Kolář (2014) prevenci rozděluje do tří základních poloh: primární, sekundární a terciální. Dle autora je rizikové chování považováno jako chování jedince, kterého doprovází zdravotní, sociální a výchovná rizika pro sebe samého i pro okolí, čímž je omezen zdravý vývoj osoby či skupiny (Čech, Zvoníčková, 2017). Elektronickou šikanu zařadil Miovský et al. (2010) mezi základní oblasti rizikového chování, konkrétně do kategorie šikana a extrémní projevy agrese (Miovský et al., 2010). Národní strategie zabývající se primární prevencí se zaměřením na kyberšikanu ji zařadila mezi interpersonální agresivní chování (Kopecký, Szotkowski, 2013). Dle Urbana (2011) se rozlišuje primární, sekundární a terciální prevence z důvodu, že se liší zejména v ambicích a také hlavními objekty.

### **4.1 Primární prevence**

Dle Miovského et al. (2010) je účinná primární prevence základním souborem intervencí s cílem zcela zamezit či efektivně omezit přítomnost patologického chování jedinců, u kterých se ještě rizikové chování nenachází v žádné míře. Zaměřuje se na edukaci zdravého životního stylu, rozvoji kladného společenského jednání, psychických a sociálních dovedností a překonávání negativních situací. Primární prevence se dále dělí na specifickou a nespecifickou. Do nespecifické primární prevence dle Miovského et al. (2010) řadíme aktivity, které jsou zaměřeny na zdravý zdravotní styl a sociální kompetence. Naopak do specifické primární prevence pak řadíme programy zaměřené na předcházení přímo konkrétního typu rizikového chování dětí či mladistvých (Miovský et al., 2010).

#### **Specifickou primární prevence členíme do tří základních úrovní:**

**Všeobecná primární prevence** – zaměřuje se na skupiny – školní třídy či základní školy. Patří sem dlouhodobě prováděné preventivní programy, interaktivní programy či besedy (Kopecký, Szotkowski, 2013). Dalším způsobem, kterým lze provádět všeobecnou primární prevenci je zahrnout téma kybernetické šikany do klasické vyučovací hodiny (Kopecký, Szotkowski, 2013).



**Selektivní primární prevence** – ta je zaměřena na jedince, u kterých se objevují rizikové faktory žáka, které mohou zapříčinit vývoj různých forem rizikového chování (Kopecký, Szotkowski, 2013). Jedná se například o žáky, které jsou z vyloučených lokalit či děti s poruchami chování (Šikana, 2020).

**Indikovaná primární prevence** – primárně se zaměřuje na určité situace, které již obsahují nějakou z forem kyberšikany a žáci ve třídě s ní mají určité dosavadní zkušenosti (Kopecký, Szotkowski, 2013).

#### **4.2 Sekundární prevence**

Sekundární prevenci definuje Kunák (2007) jako včasnou identifikaci potenciálních osobních či společenských problémů, které již nastaly a za pomoci účinné terapie se účinně vyhnout negativním dopadům. Tato prevence je zaměřena na jedince, kteří mají předpoklad, že se stanou obětí trestných činů nebo sociálně patologických jevů (Kopecký, Szotkowski, 2013).

Cílem sekundární prevence je ovlivňovat jedince či skupiny, u kterých se rizikové chování již vyskytlo a efektivně zabránit obnově tohoto chování (Kraus, Hroncová, 2010). Do sekundární prevence řadíme zejména diagnostiku, která musí být včasná (Bendl, 2001). Nutné je bezodkladné řešení situace či incidentu, pedagogická opatření či výchovné řešení s dotyčným agresorem (Bendl, 2001). Prvním způsobem pro odhalení určité formy šikany je pozorování, které je základní a účinnou metodou při vyšetřování (Bendl, 2001).

Dle Bendla (2001) je nutné zaměřit se na přímé i nepřímé znaky šikanování. Metodu pozorování může pedagog využívat při pedagogickém dozoru, při výuce nebo také v hodině informatiky sledovat dané činnosti na počítačích žáků (Bendl, 2001). Dle Hrabala (2002) existují různé metody, které odborníkům pomohou s odhalením šikany – pedagog může využít dotazníky, kdy je důležité, aby je vyhodnocovala osoba, která má kompetence k řešení šikany a kyberšikany (Hrabal, 2002). Další efektivní metodou je sociometrie či sociometrické měření, které má za cíl zjistit, jaké jsou sociální vztahy ve skupinách třídy a také jaké je jednotlivé postavení jedinců ve skupinové hierarchii. Zvýšenou pozornost by měl pedagog věnovat i nově přichozím žákům do tříd (Hrabal, 2002). Základní škola by měla být strukturována tak, aby se v ní vyskytovalo co nejméně skrytých zákoutí, kde by mohla probíhat potencionální šikana (Hrabal, 2002).

### **4.3 Terciální prevence**

Terciální prevence se již na základních školách, ale i v ostatních školských zařízeních neposkytuje, z důvodu, že se jedná o na tolik specifický druh pomoci, který spadá pouze do kompetence odborníků zaměřených na léčbu a nápravu těchto sociálně patologických jevů (Novotná, Kremlíčková, 1997). Terciální prevence dle Miovského et al. (2010) je vymezena jako prevence specificky zaměřená na zdravotně-sociální dopady osob, které vznikly v důsledku rizikového chování jednotlivce. Terciální prevence je specifická osobami, které nejsou schopny či ochotny se rizikového chování vzdát (Zábranský, 2003).

### **4.4 Školní prostředí**

Dle Vašutové (2010) je pro žáky je značně podstatné školní prostředí, které poměrně souvisí i se školní atmosférou. Prostředí školy ovlivňuje individuálně všechny žáky, má také vliv na chování žáků, jejich pozitivní motivaci, celkový průběh učení a klasifikaci (Národní ústav pro vzdělávání, 2018). Dalším důležitým faktorem je status školní třídy. To je charakteristické vztahy ve třídní skupině ale také výsledkami a hodnocení jednotlivých žáků. Dále uvádí, že přijatelné školní prostředí rozvíjí žáky samotné, ale obohacuje i sociální a psychické rozpoložení pedagogů a dalších nepedagogických pracovníků školy. Prostředí je objektivní realita, která se prezentuje v subjektivním vnímání a prožívání člověka (Národní ústav pro vzdělávání, 2018). Kyberšikana sice může probíhat i mimo školské zařízení, ale úzce souvisí s klimatem ve třídě (Doubrava, 2010). Dle Hrdé (2010) 51 % agresorů chodí s obětí do stejné třídy. V tomto případě stačí, když oběť má u sebe mobilní telefon nebo je na internetu na školním počítači (Vašutová, 2010).

Dle Národního ústavu pro vzdělávání (2018) se školní prostředí se dělí na:

- ekologické;
- společenské;
- sociální;
- kulturní.

Ekologické klima je tvořeno materiálními a estetickými aspekty základní školy. Klima které je vymezeno jako společenské, tvoří jednotlivý žák a také celé třídní skupiny základní školy. Jedná se tedy o žáky, pedagogické a nepedagogické pracovníky, řadíme sem i rodiče žáků (Národní ústav pro vzdělávání, 2018). Dalším je sociální prostředí,

kteřé se zaměřuje na formu komunikačních prostředků, mravy a poměry mezi žáky a pracovníky. Stejně tak důležité je i kulturní klima, které vytváří určité tradice, hodnoty a veřejné mínění. Řadíme sem hodnotící přístupy, odborné kompetence pedagogů, které jsou aplikovány na žáky základních škol (Národní ústav pro vzdělávání, 2018).

#### ***4.5 Legislativní ukotvení primární prevence na základních školách***

Dle oficiálních nařizení Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (2020) se základní školy v ČR mají povinnost držet těchto základních strategických dokumentů:

- Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů;
- Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů ve znění pozdějších předpisů;
- Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařizeních (č. j. MŠMT-21149/2016)
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (č. j. MŠMT-21291/2010-28);
- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019-2027;
- Akční plán realizace národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019-2021.

#### ***4.6 Systém prevence na základních školách***

Ředitelé základních škol mají povinnost vytvořit podmínky pro předcházení vzniku sociálně-patologických jevů. S tím souvisí i zajištění bezpečnosti a ochrana zdraví žáků školy (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2020).

Všechny základní školy musí poskytovat preventivní a poradenské služby prostřednictvím tzv. školních poradenských pracovišť, která jsou definována vyhláškou č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských zařizeních (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2020). Poradenství je poskytováno zejména školním metodikem prevence a výchovným poradcem. V některých případech také školním psychologem a školním speciálním pedagogem (Ciklová, 2016).

Dle Ciklové (2016) si každá základní škola musí vytvořit vlastní školní program proti šikanování. Je to způsob, jak nejlépe a zejména efektivně ochránit žáky základní školy před šikanou. Tento program proti šikanování zahrnuje metody a opatření, jak předejít šikaně, popřípadě jak ji účinně řešit (Ciklová, 2016). Správné vytvoření účinného školního programu proti šikanování trvá poměrně dlouho. Pokud chce základní škola ochránit žáky před šikanou, musí do procesu vytváření zapojit všechny pedagogické pracovníky (Ciklová, 2016).

Strategické dokumenty, které upravují prevenci rizikového chování žáků základních škol jsou stanoveny Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy (2020) takto:

1. školní řád;
2. vnitřní řád školského zařízení;
3. preventivní program školy;
4. krizové plány.

#### ***4.7 Preventivní opatření***

Základní školy v ČR by měly splňovat tyto základní opatření v oblasti primární prevence kyberšikany (Kopecký, Szotkowski, 2013):

1. Stanovení pravidel používání informačních a komunikačních technologií – školních počítačů i osobních mobilních telefonů či počítačů žáků, internetu – během vyučovacích hodin i o přestávkách.
2. Informovat žáky školy o internetové netiketě – např. na webu školy či nástěnce.
3. Možnosti a způsoby (např. aplikace), které umožňují pedagogům kontrolovat při hodině ICT činnost žáka na školním počítači.
4. Zaměstnanci by měli být pro žáky vzorem při používání informačních a komunikačních technologií – zejména v přítomnosti žáka.
5. Vnést do výuky téma rizikové chování na internetu, a s tím spojené internetové hrozby.
6. Pravidelné vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti šikany a kyberšikany.
7. Podporovat, neodmítat používání informačních a komunikačních technologií (Kopecký, Szotkowski, 2013).

## 5 Cíle práce a hypotézy

### 5.1 Cíle práce

Cíle diplomové práce byly stanoveny následovně:

Prvním cílem praktické části diplomové práce bylo **zjistit, zda jsou žáci druhého stupně základních škol vystaveni rizikům problematického užívání internetu.**

Druhým cílem bylo **zjistit, zda jsou žáci ohroženi patologickým užíváním internetu.**

Třetím cílem bylo **vytvořit manuál, který bude základním nosičem informací pro učitele a školní metodiky prevence při řešení kyberšikany na základních školách.**

Tato diplomová práce vznikla jako součást projektu Ministerstva zdravotnictví s názvem "Prevence kyberšikany a ochrana dětí před on-line hrozbami (registrační číslo OKR/10/4112/2019)", který byl realizován pod záštitou Zdravotně-sociální fakulty, Jihočeské univerzity. Projekt vznikl v roce 2019 pod vedením Mgr. Ing. Renaty Švestkové, Ph.D. Projekt si klade za cíl vysvětlit žákům druhého stupně základní školy bezpečné způsoby používání informačních technologií. Naučit žáky tyto technologie používat tak, aby vedly k podpoře sebeúcty, průbojnosti a budování přátelství.

#### **Hlavní cíl projektu OKR/10/4112/2019:**

Hlavním cílem projektu je pomoci předejít nežádoucím projevům kyberšikany u žáků na druhém stupni základní školy.

#### **Vedlejší cíle projektu OKR/10/4112/2019:**

1. Dílčí cíl-vytvořit a realizovat výukový program pro žáky druhého základní školy, který se bude týkat problematiky prevence kyberšikany a ochrany dětí před on-line hrozbami.
2. Dílčí cíl-poskytnout školám metodickou radu a oporu při řešení kyberšikany.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

## 5.2 Hypotézy

Vzhledem k cílům byly stanoveny tyto hypotézy:

**H1:** Existuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Šmahelova (2003) dotazníku (*Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu*).

**H2:** Existuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Sulerova (2004) dotazníku (*Zdravé a patologické užívání internetu*).

**H3:** Problematické užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) (*Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu*) souvisí s věkem žáků.

**H4:** Problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) (*Zdravé a patologické užívání internetu*) souvisí s věkem žáků.

**H5:** Na problematické užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) (*Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu*) má vliv ročník.

**H6:** Na problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) (*Zdravé a patologické užívání internetu*) má vliv ročník.

## 6 Operacionalizace pojmů

Pro snazší uchopení praktické části diplomové práce specifikuji koncepci jednotlivých základních pojmů následovně:

**Sociální problém:** sociální situace či stav, o kterém se určitá významná skupina osob nebo sami zúčastnění domnívají, že vyžaduje řešení. Obvykle formou prostředků vnějšího komplexního zásahu, tj. výchovný, politický, přesvědčovací, represivní či ekonomický (Sociologická encyklopedie, 2018).

**Žák:** nezletilá osoba, účastníci se organizovaného a pravidelného průběhu vzdělávání na základní škole (Kolář, 2014).

**Základní škola:** školská instituce, která zajišťuje pravidelnou výuku a výchovu v rámci základních znalostí (Bednářová, 2017).

**Druhý stupeň základní školy:** žáci, kteří navštěvují 6. - 9. třídy základní školy (Český statistický úřad, 2016).

**Názor:** jednotné vyjádření, postoj či stanovisko (Lingea, 2010).

**Kyberšikana:** jednorázové, dlouhodobé, stupňující se a úmyslné využívání internetového prostředí proti jednotlivci či skupině za pomoci moderních informačních a komunikačních médií (Rogers, 2011).

**Kyberagresor / kyberútočník / kybernetický útočník:** osoba páchající kybernetickou šikanu (Kavalír, 2009).

**Kyberprostor / kybernetický prostor:** prostředí určené pro virtuální (internetovou) komunikaci, které obsahuje nesmírné množství informací v síti (Šmahaj, 2014).

**Preventivní výukový program:** interaktivní výchovná, vzdělávací lekce, která si klade za cíl upevnit, prohloubit a rozšířit učivo ve shodě se školním řádem (Máchal, 2002).

## **7 Metodika**

### ***7.1 Strategie výzkumu***

K realizaci výzkumné části mé diplomové práce byl využit kvantitativní typ výzkumu. Dle Punche (2008) je kvantitativní výzkum založen na proměnných a jejich hodnota se zjišťuje měřením. Tento typ výzkumu je zaměřen na sběr dat a následně jsou získaná data analyzována statistickými metodami. Dle Punche (2008) je kvantitativní výzkum nejvhodnější, protože umožňuje realizovat výzkum do hloubky a získat tak podrobnější informace daného sektoru.

Byla zvolena metoda dotazování a technika dotazník, který obsahuje otevřené i uzavřené otázky (viz Příloha č. 1 a Příloha č. 2). Metodu dotazování definuje Hendl (2012) jako standardizovaný soubor s několika otázkami, které jsou předběžně zpracovány na speciálním tiskopisu a poté vyplněny respondenty. Jako doplňková metoda byla zvolena sekundární analýza dat. Dle Reichela (2009) je sekundární analýza dat jakékoliv další využití dat z minulých studií a výzkumů. Může se jednat o opětovné vyhodnocení dat za pomoci jiných, dalších či lepších statistických metod.

### ***7.2 Charakteristika výzkumného souboru***

Výzkumný soubor byl tvořen žáky druhého stupně základních škol v Jihočeském kraji. Celkově bylo do výzkumu zapojeno 6 základních škol Jihočeského kraje o celkovém počtu 826 žáků. U těchto žáků byly od měsíce září roku 2019 postupně realizovány preventivní programy se zaměřením na kybernetickou šikanu.

Preventivní program trval vždy dvě vyučovací hodiny, byl však vždy cíleně a specificky upraven dle ročníku, počtu žáků či aktuálních potřeb školy dle předchozí domluvy s vedením školy (viz Příloha č. 4).

### ***7.3 Popis výzkumných nástrojů***

Součástí preventivního programu Kyberšikana bylo u žáků všech zapojených tříd provedeno dotazníkové šetření a byly použity tyto dva dotazníky:



## **1. Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu (Šmahel, 2003).**

Dotazník se skládá ze 13 uzavřených otázek, kde respondent, v mém případě žák druhého stupně, může zvolit odpověď ano či ne. Dotazník byl také doplněn o vstupní část, která zahrnuje otázky otevřené. Žák, který se dotazníkového šetření zúčastnil, vyplnil také své pohlaví, třídu a věk (viz Příloha č. 1).

Vyhodnocení tohoto dotazníku dle autora spočívá v tom, že více jak tři kladné odpovědi naznačují jisté potíže s používáním internetu, v tomto případě autor doporučuje zamyšlení se nad vlastním internetovým on-line chováním. Pokud respondent, kterým byl v mém případě žák, odpověděl sedm a více souhlasných odpovědí, výsledek testu ukazuje na závažné problémy a vysokou pravděpodobnou přítomnost závislosti na internetu (Šmahel, 2003).

## **2. Zdravé a patologické užívání internetu (Suler, 2004).**

Dotazník se skládá z 8 uzavřených otázek, kde respondent, v mém případě žák druhého stupně, může zvolit odpověď ano či ne. Dotazník byl také doplněn o vstupní část, která zahrnuje otázky otevřené. Žák, který se dotazníkového šetření zúčastnil, vyplnil také své pohlaví, třídu a věk (viz Příloha č. 2).

Vyhodnocení tohoto dotazníku dle autora spočívá v tom, že pokud respondent dosáhne pěti a více kladných odpovědí, jedná se podle něj o vážný problém, kdy se může jednat o patologické užívání internetu (Suler, 2004).

Výsledky těchto dvou dotazníkových šetření prezentuji v kapitole č. 8 „Výsledky“, konkrétně podkapitole č. 8.1 „statistické vyhodnocení dotazníků – žáci“ této práce.

Tyto oba dotazníky doporučuje používat Sdružení Linka Bezpečí ve svém sborníku s názvem Děti a online rizika (2012) u žáků, kteří internet pravidelně využívají a mohli by být vystaveni potenciálnímu riziku nadměrného či patologického užívání internetu.

Při realizaci preventivních programů Kyberšikana byl v několika případech přítomen učitel, třídní učitel či školní metodik prevence jako přítomný pozorovatel. Do preventivního programu se nijak nezapojoval. Na konci preventivního programu dostal přítomný pedagog hodnotící dotazník. Výsledky tohoto dotazníkového šetření u

pedagogů a školních metodiků prevence, kteří byli přítomni, jsou zpětnou vazbou k těmto preventivním programům, prezentuji v kapitole č. 8 Výsledky.

#### ***7.4 Etika výzkumu***

Základní školy, které byly do projektu zapojeny, byly seznámeny s předstihem s hlavními i dílčími cíli projektu a mé diplomové práce. Dle naší společné domluvy bylo předem dohodnuto datum, čas a také jednotlivé třídy, u kterých se preventivní program uskuteční. Všech 6 základních škol, které se do projektu a diplomového výzkumu zapojily, budou v této práci figurovat pouze anonymně a bez jakýchkoliv názvů a jmen jednotlivých žáků. Žáci se zúčastnili výzkumu (dvoufázového dotazníkového šetření) v rámci dvouhodinového preventivního výukového programu Kyberšikana zcela dobrovolně. Za prezenci jim nebyla poskytnuta žádná forma odměny. Žáci po skončení preventivního programu obdrželi certifikát o absolvování preventivního programu Kyberšikana. Certifikát náležel všem přítomným žákům po provedení výzkumu (preventivního programu Kyberšikana), který potvrzoval jejich prezenci a byl rovněž dostupnou informací pro zákonné zástupce žáků, že se jejich dítě této preventivní akce zúčastnilo a podílelo se na tomto projektu (viz Příloha č. 5).

Všichni žáci byli formou informovaného souhlasu s přihlédnutím ke svému věku byli náležitě poučeni o podstatě a účelu výzkumu, zachování anonymity a užití jimi vyplněných dotazníků pro účely mé diplomové práce. Informace ohledně vyplňování obou dotazníků byly sděleny před samotným vyplňováním a v případě nutnosti byly všechny nejasnosti zodpovězeny či vysvětleny ústně.

## 8 Výsledky

V této kapitole se nachází získaná data z dotazníkového šetření na šesti základních školách v jihočeském kraji. Celkově se dvoufázového dotazníkového šetření zúčastnilo 826 žáků. Získaná data jsou statisticky zpracována v programu IBM SPSS Statistics. Výsledky jednotlivých dotazníků jsou také zobrazeny pro snadnější přehled v grafech, hodnoty jsou uvedeny v procentech či v absolutních hodnotách. V následujících podkapitolách jednotlivě prezentují výsledky dotazníkového šetření od žáků, učitelů (viz Příloha č. 6) a školních metodiků prevence (viz Příloha č. 7).

### 8.1 Statistické vyhodnocení dotazníků – žáci

V této kapitole představuji hypotézy, které byly testovány. Celkem bylo stanoveno a testováno šest hypotéz:

**H1:** Existuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Šmahelova (2003) dotazníku (*Rizika problematického užívání internetu*).

Pro otestování této hypotézy byl použit T-test. Dosažená hladina významnosti činila  $p=0,252$ . Průměr pro skupina „dívka“ činil 2,71 (std. 2,317) a pro skupinu „chlapec“ činil průměr 2,89 (std. 2,287) (viz Tabulka č. 1) a výsledek T-testu  $t=-1,146$  ( $t=-1,147$ ) (viz Tabulka č. 2). Na základě tohoto výsledku můžeme říci, že neexistuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Šmahelova (2003) dotazníku Rizika problematického užívání internetu. **Lze tedy konstatovat, že H1 se nepotvrdila.**

**Tabulka č. 1** Group Statistics / H1

	Pohlaví	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Skor1	Dívka	443	2,71	2,317	,110
	Chlapec	383	2,89	2,287	,117

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Tabulka č. 2** Independent Samples Test / H1

		T-test for Equality of Means				
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
skor1	Equal variances assumed	-1,146	824	,252	-,184	,161
	Equal variances not assumed	-1,147	809,706	,252	-,184	,161

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**H2:** Existuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Sulerova (2004) dotazníku (*Zdravé a patologické užívání internetu*).

Pro otestování této hypotézy byl použit T-test. Dosažená hladina významnosti činila  $p=0,122$ . Průměr pro skupina „dívka“ činil 1,28 (std. 1,321) a pro skupinu „chlapec“ činil průměr 1,14 (std. 1,245) (viz Tabulka č. 3) a výsledek T-testu  $t=1,548$  ( $t=1,554$ ) (viz Tabulka č. 4). Na základě tohoto výsledku můžeme říci, že neexistuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Sulerova (2004) dotazníku (*Zdravé a patologické užívání internetu*). **Lze tedy konstatovat, že H2 se nepotvrdila.**

**Tabulka č. 3** Group Statistics / H2

	Pohlaví	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Skor2	Dívka	443	1,28	1,321	,063
	Chlapec	383	1,14	1,245	,064

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Tabulka č. 4** Independent Samples Test / H2

		T-Test For Equality Of Means				
		T	Df	Sig. (2-Tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Skor2	Equal Variances Assumed	1,548	824	,122	,139	,090
	Equal Variances Not Assumed	1,554	817,838	,120	,139	,089

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**H3:** Problematické užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) (*Rizika problematického užívání internetu*) souvisí s věkem žáků.

Tato hypotéza byla zpracována pomocí Pearson Correlation. Dosažená hladina významnosti činila  $p=0,000$ . Korelační koeficient byl  $r=0,197$  (viz Tabulka č. 5). Na základě této skutečnosti lze říci, že dotazník Rizika problematického užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) souvisí s věkem žáků, **tedy H3 se potvrdila.**

**Tabulka č. 5** Correlations / H3

		Věk	Skor1
Věk	Pearson Correlation	1	,197**
	Sig. (2-Tailed)		,000
	N	826	826
Skor1	Pearson Correlation	,197**	1
	Sig. (2-Tailed)	,000	
	N	826	826

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-Tailed).

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**H4:** Problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) (*Zdravé a patologické užívání internetu*) souvisí s věkem žáků.

Hypotéza byla zpracována taktéž pomocí Pearson Correlation. Dosažená hladina významnosti činila  $p=0,003$ . Korelační koeficient byl  $r=0,105$  (viz Tabulka č. 6). Na základě této skutečnosti lze říci, že problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) souvisí s věkem žáků, tedy **H4 se potvrdila**.

**Tabulka č. 6** Correlations / H4

		Věk	Skor2
Věk	Pearson Correlation	1	,105**
	Sig. (2-Tailed)		,003
	N	826	826
Skor2	Pearson Correlation	,105**	1
	Sig. (2-Tailed)	,003	
	N	826	826
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-Tailed).			

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**H5:** Na problematické užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) (*Rizika problematického užívání internetu*) má vliv ročník.

Pro otestování této hypotézy byla použita Pearson Correlation. Dosažená hladina významnosti činila  $p=0,000$  a korelační koeficient  $r=0,144$  (viz Tabulka č. 7). Na základě toho můžeme říci, že na problematické užívání internetu dle dotazníků Šmahela (2003) má vliv ročník. **Lze tedy konstatovat, že H5 se potvrdila**.

**Tabulka č. 7** Correlations / H5

		Třída	Skor1
Třída	Pearson Correlation	1	,144**
	Sig. (2-Tailed)		,000
	N	826	826
Skor1	Pearson Correlation	,144**	1
	Sig. (2-Tailed)	,000	
	N	826	826
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-Tailed).			

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**H6:** Na problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) (*Zdravé a patologické užívání internetu*) má vliv ročník.

Pro otestování této hypotézy byla použita Pearson Correlation. Dosažená hladina významnosti činila  $p=0,004$  a korelační koeficient byl  $r=0,099$  (viz Tabulka č. 8). Na základě toho můžeme říci, že na problematické užívání internetu dle dotazníků Sulera (2004) má vliv ročník. **Lze tedy konstatovat, že H6 se potvrdila.**

**Tabulka č. 8** Correlations /H6

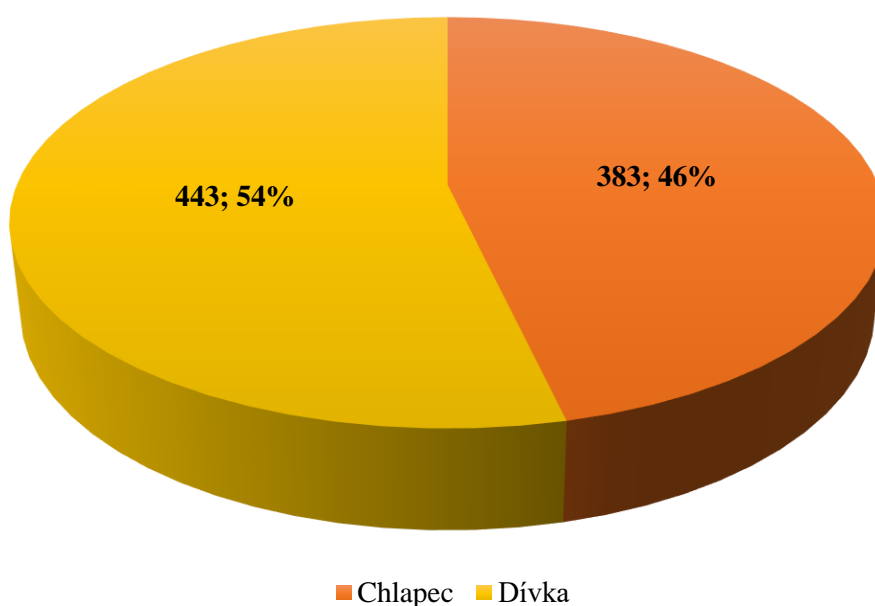
		Skor2	Třída
Skor2	Pearson Correlation	1	,099**
	Sig. (2-Tailed)		,004
	N	826	826
Třída	Pearson Correlation	,099**	1
	Sig. (2-Tailed)	,004	
	N	826	826
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-Tailed).			

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

## 8.2 Specifika respondentů – žáci

V této podkapitole v jednotlivých výsečových grafech znázorňují obecné údaje o všech respondentech, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření v rámci preventivního programu Kyberšikana na základních školách (celkově 6) v Jihočeském kraji. Dvoufázového dotazníkového šetření se celkově zúčastnilo 826 žáků druhého stupně základních škol. Výsledky jsou vyjádřeny v procentech, v grafu č. 1 (Pohlaví respondentů) i v absolutních hodnotách.

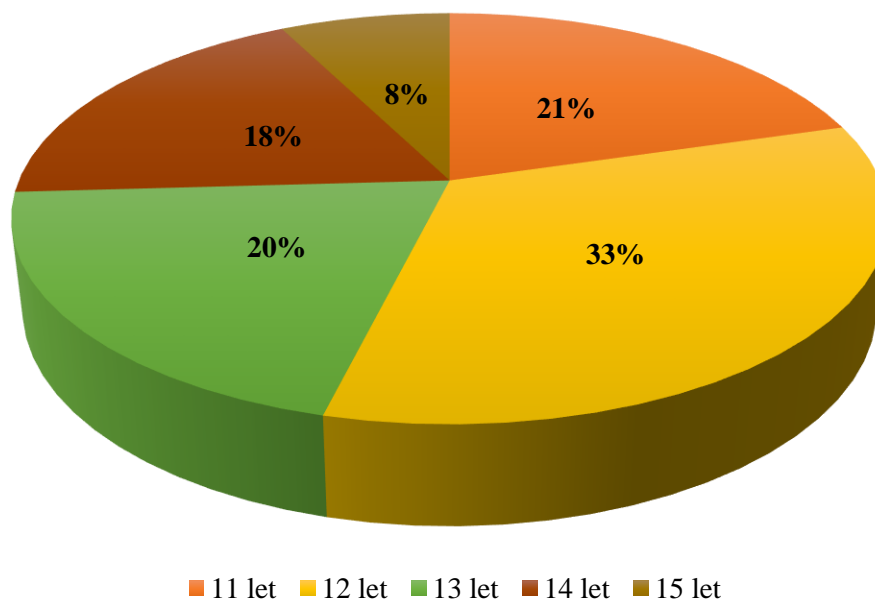
**Graf č. 1** Pohlaví respondentů (žáků)



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

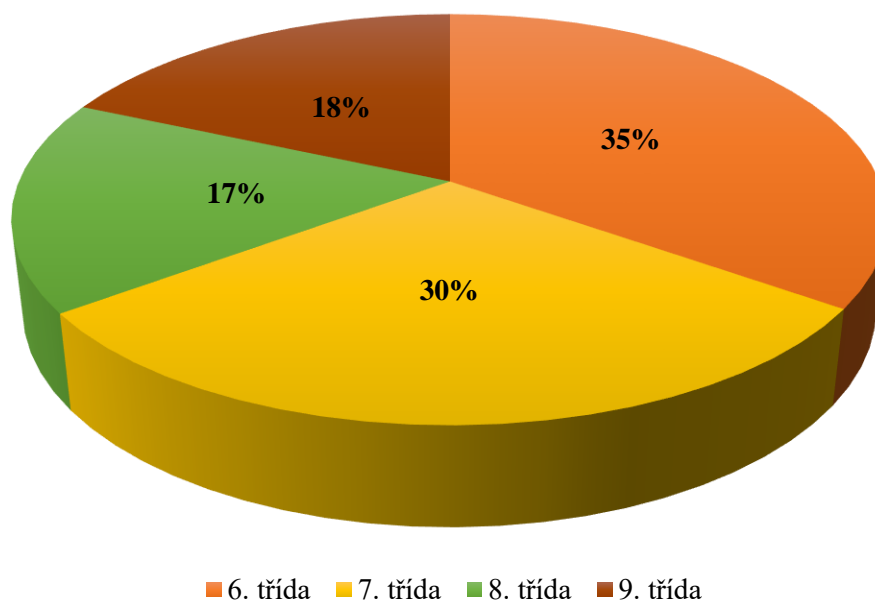


**Graf č. 2** Věkové rozmezí žáků



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 3** Počty žáků dle jednotlivých tříd



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

### 8.3 Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu

V této kapitole ve výsečových grafech znázorňují výsledky dotazníku s názvem *Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu* (Šmahel, 2003). Dotazník se skládá ze 13 uzavřených otázek, kde respondent zvolil odpověď ano či ne (viz Příloha č. 1). Hodnoty jsou znázorněny v procentech.

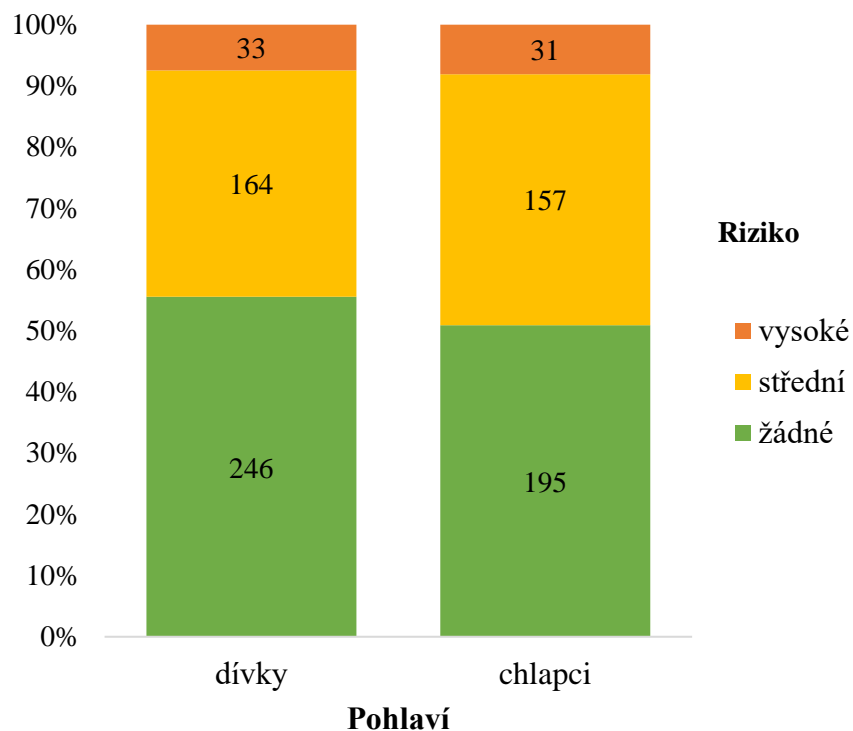
Vyhodnocení tohoto dotazníku dle autora spočívá v tom, že více jak tři kladné odpovědi naznačují jisté potíže s používáním internetu, v tomto případě autor doporučuje zamýšlení se nad vlastním internetovým on-line chováním. Pokud respondent, kterým byl v mém případě žák, odpověděl sedm a více souhlasných odpovědí, výsledek testu ukazuje na závažné problémy a vysokou pravděpodobnou přítomnost závislosti na internetu (Šmahel, 2003).

**Tabulka č. 9** Zhodnocení rizika problematického užívání internetu

Riziko	Pohlaví		Celkem	Pohlaví		Celkem
	dívky	chlapci		dívky	chlapci	
žádné (0-2 b.)	246	195	441	55,5%	50,9%	53,4%
střední (3-6 b.)	164	157	321	37,0%	41,0%	38,9%
vysoké (7+ b.)	33	31	64	7,4%	8,1%	7,7%
<b>Celkem</b>	443	383	826	100,0%	100,0%	100,0%

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 4** Podíl respondentů - riziko

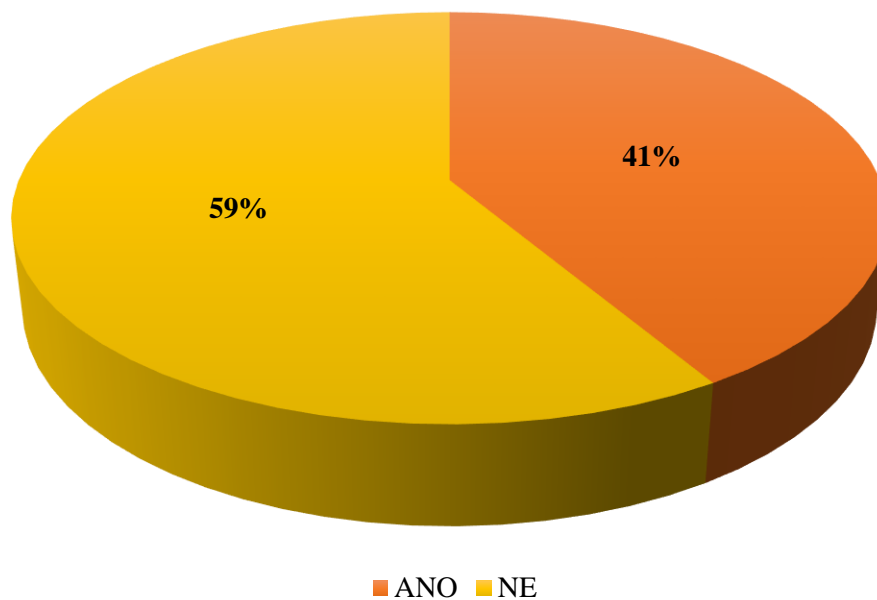


(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

Pro vyhodnocení Orientačního testu pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu byl použit chí – kvadrát test ( $P = 41,4 \%$ ). **Na základě tohoto výsledku můžeme říci, že není rozdíl mezi chlapci a dívkami. Bez rizika je tedy 53,5 % dětí, v mírném nebo vysokém riziku je 46,5 %** (viz Tabulka č. 9).

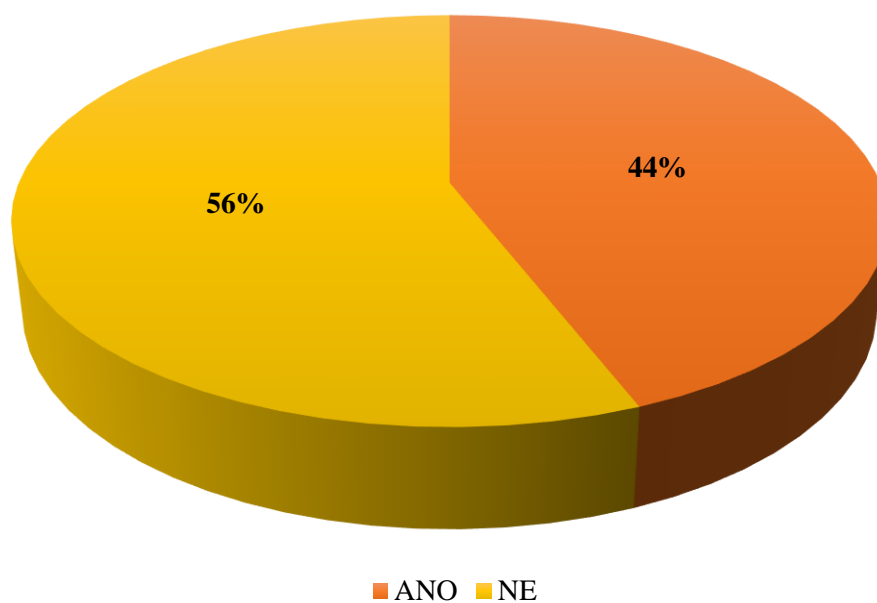
Vyhodnocení jednotlivých odpovědí žáků druhého stupně základní školy je následovné:

**Graf č. 5** Když zrovna nejste on-line, přemýšlíte, co budete dělat, až se znovu k internetu připojíte?



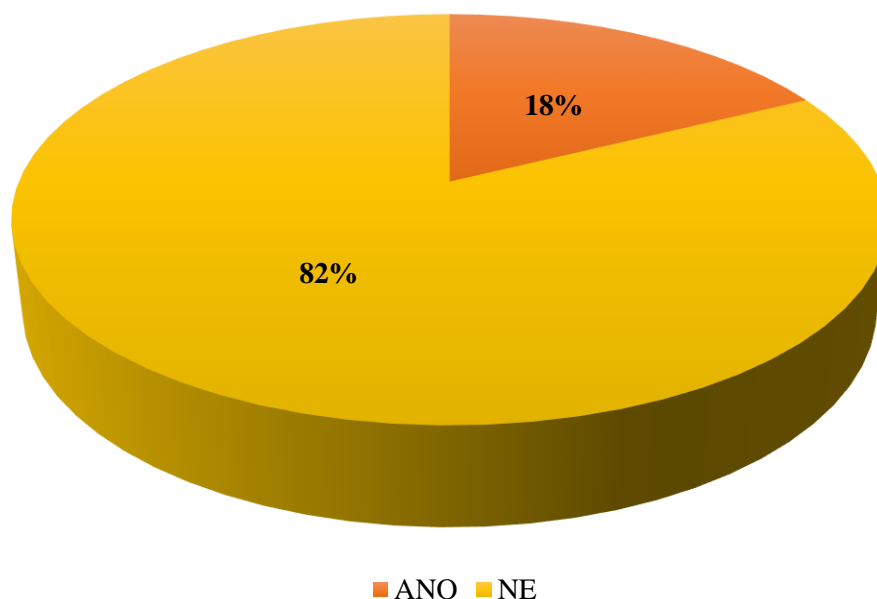
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 6** Je internet ve Vašem hodnotovém žebříčku na jednom z prvních třech míst?



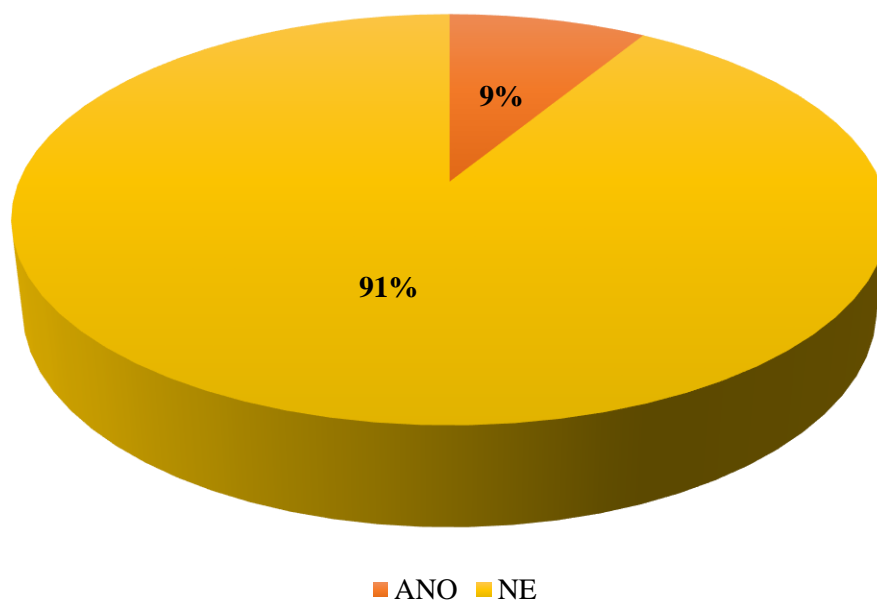
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 7** Zhorší se Vám nálada po tom, co se musíte odpojit od internetu?



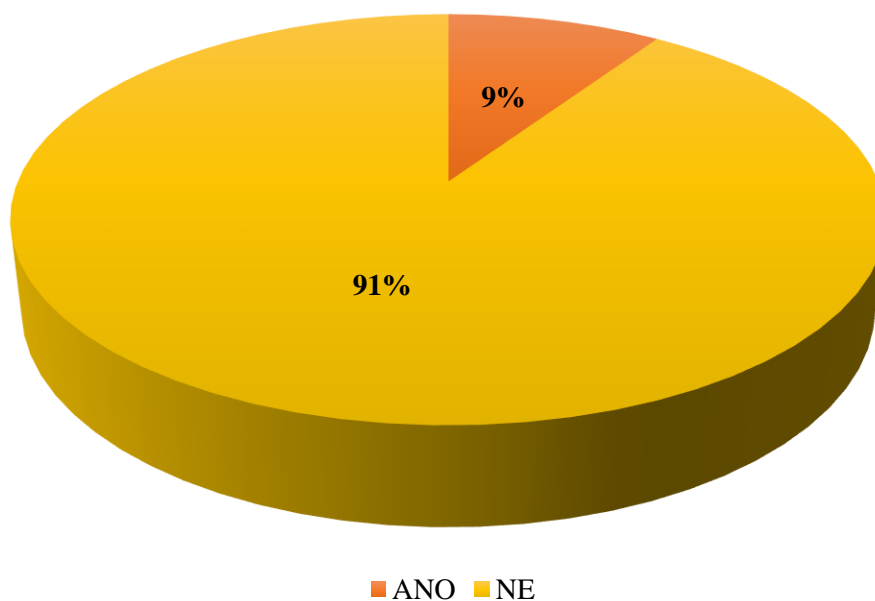
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 8** Zdá se Vám, že se hůř soustředíte, když nejste připojeni k internetu?



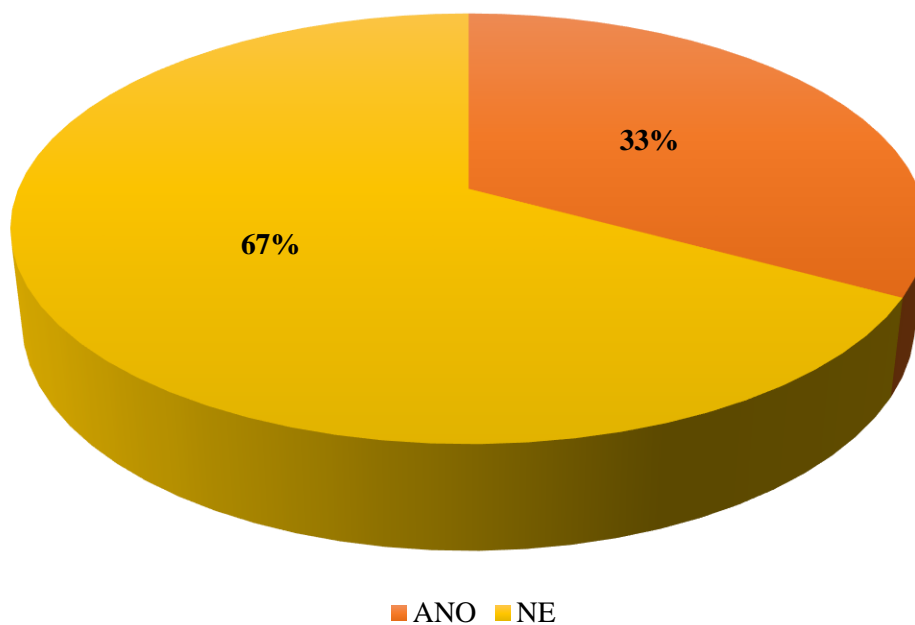
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 9** Nezdá se Vám po odpojení od internetu svět značně neskutečný?



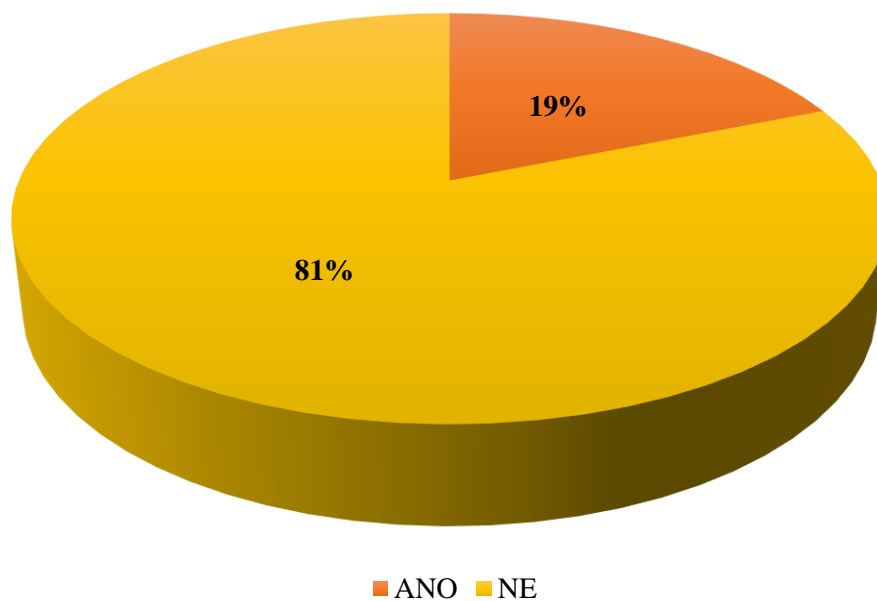
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 10** Trávíte na internetu stále větší množství času? (z jiných než školních povinností)



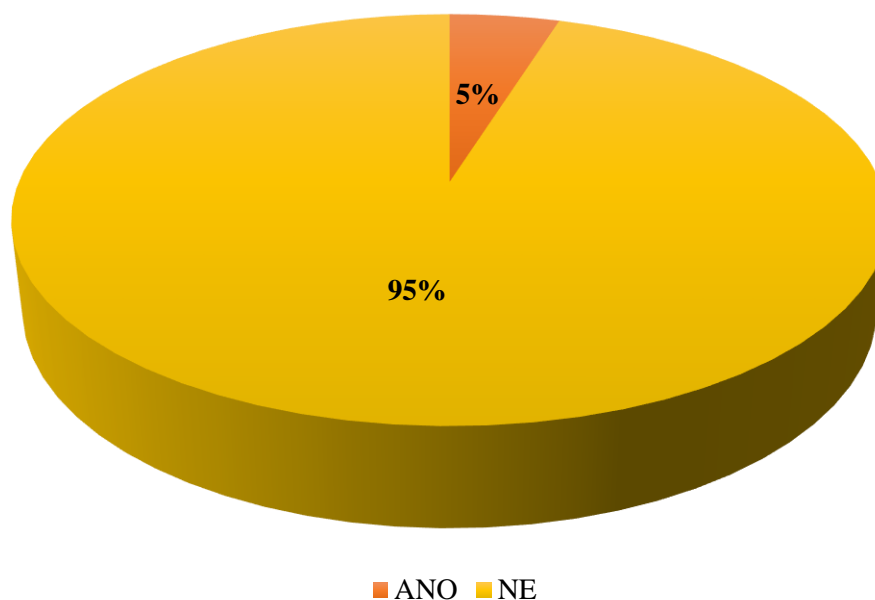
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 11** Potřebujete na internetu stále více času, abyste dosáhli toho, co chcete?



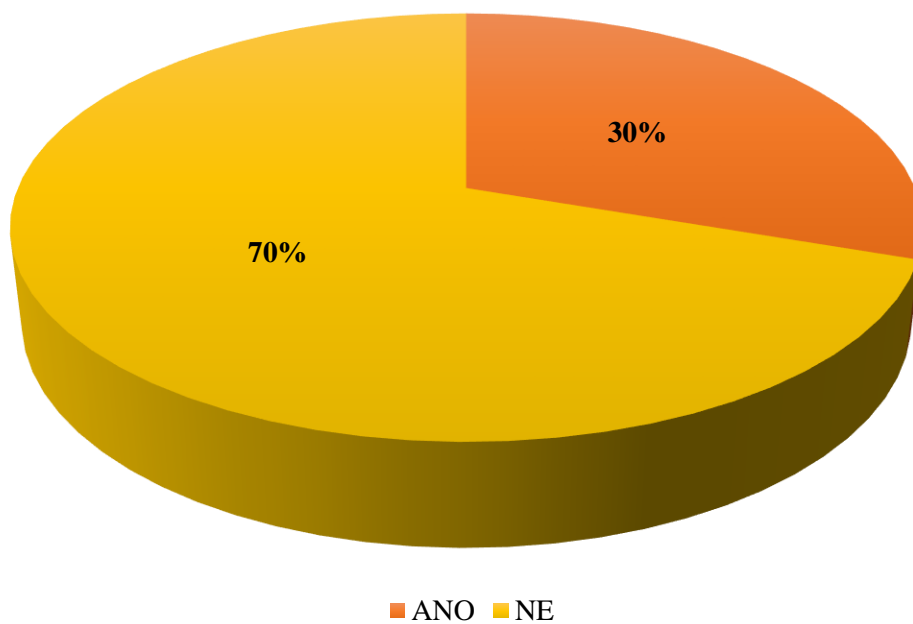
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 12** Máte nepříjemné psychické či fyzické pocity po tom, co se z internetu odpojíte?



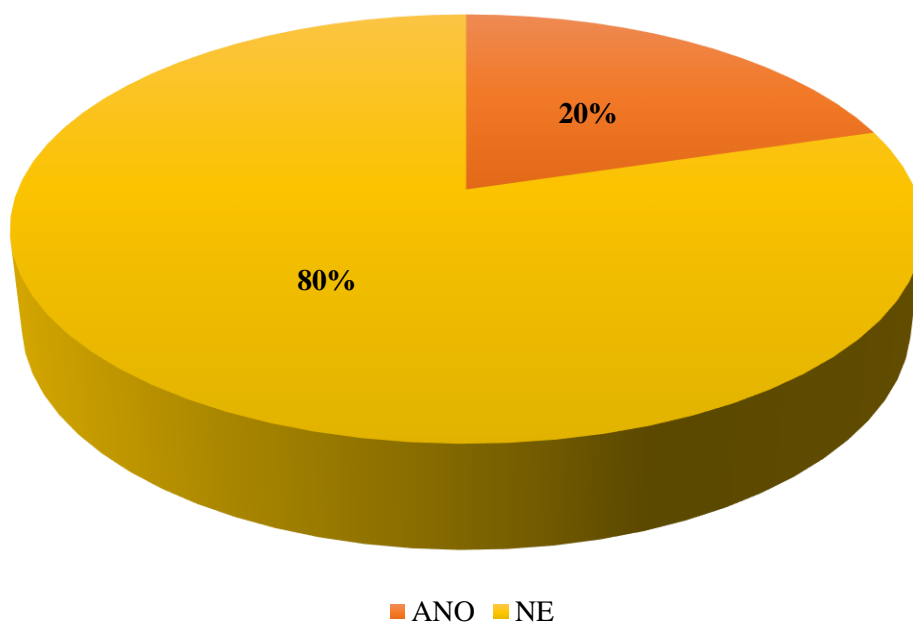
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 13** Chtěli jste snížit čas, který trávíte on-line, ale nepodařilo se to?



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

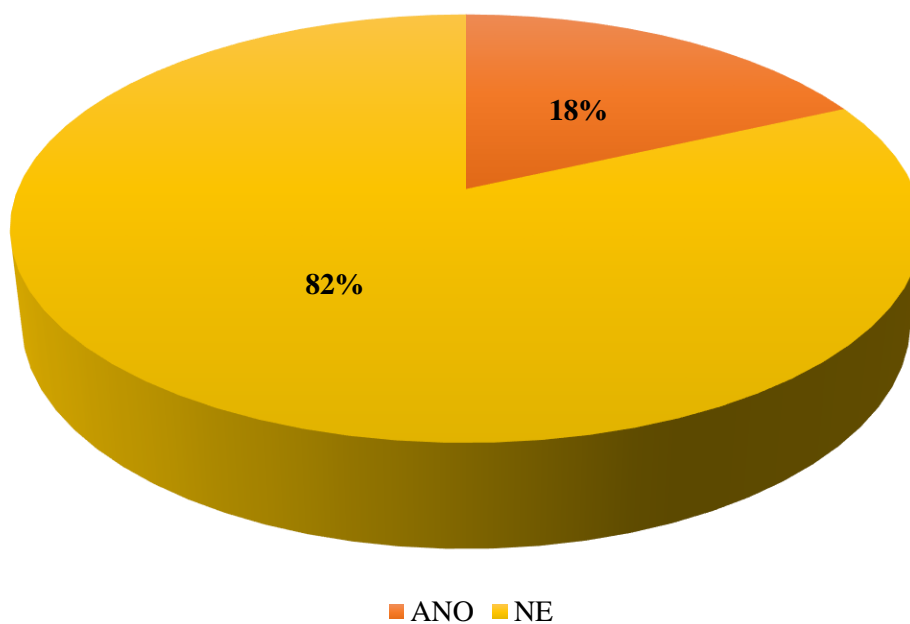
**Graf č. 14** Myslíte, že se kvůli internetu vídáte méně s přáteli?



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

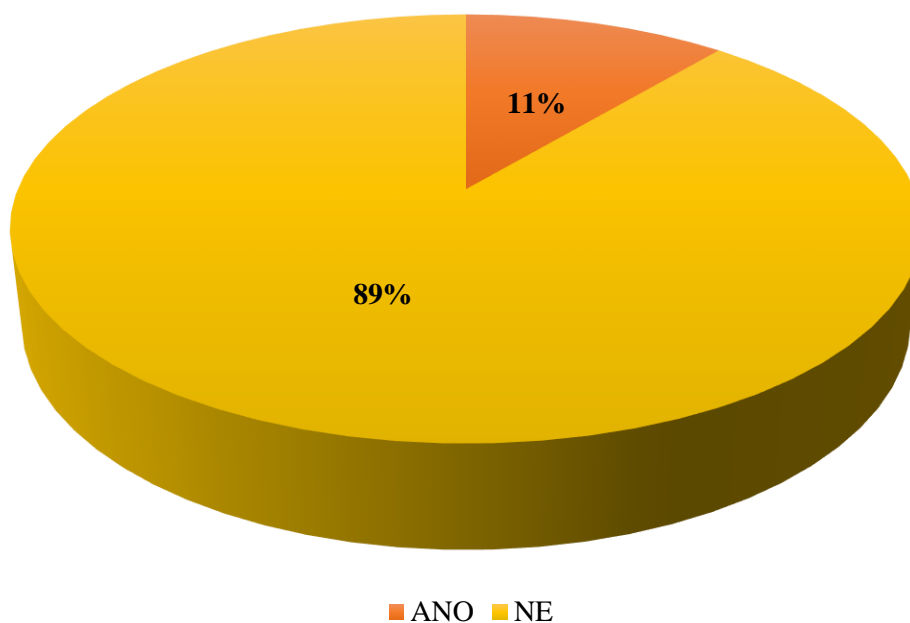


**Graf č. 15** I přes problémy, které jste měli kvůli používání internetu, jste on-line v nezmenšené míře?



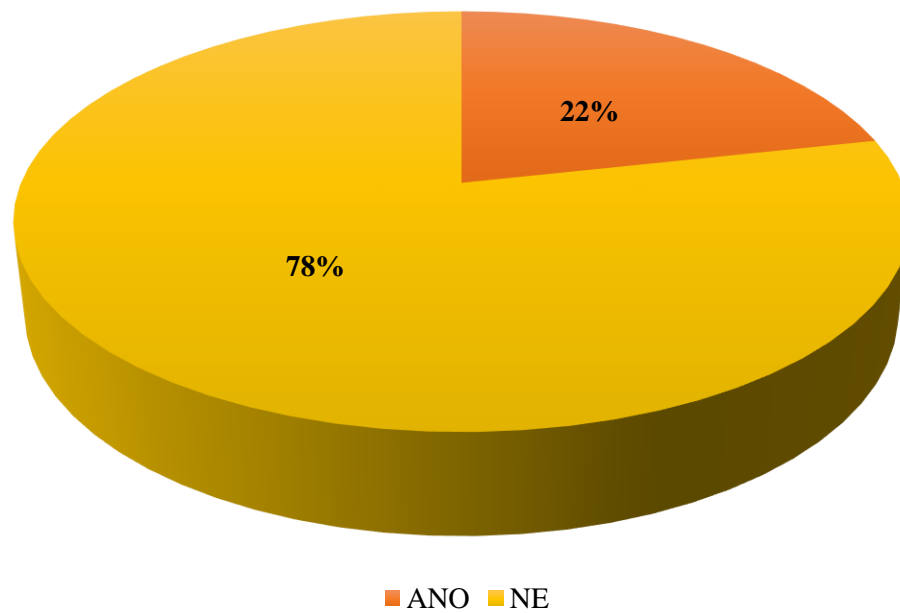
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 16** Omezili jste kvůli internetu nějaké své zájmy – sportovní, kulturní, rekreační?



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 17** Měli jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých rodinných či školních povinností?



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

#### **8.4 Zdravé a patologické užívání internetu**

V této kapitole ve výšečových grafech znázorňuji výsledky dotazníku s názvem *Zdravé a patologické užívání internetu* (Suler, 2004). Dotazník se skládá z 8 uzavřených otázek, kde respondent zvolil odpověď ano či ne (viz Příloha č. 2). Hodnoty jsou znázorněny v procentech.

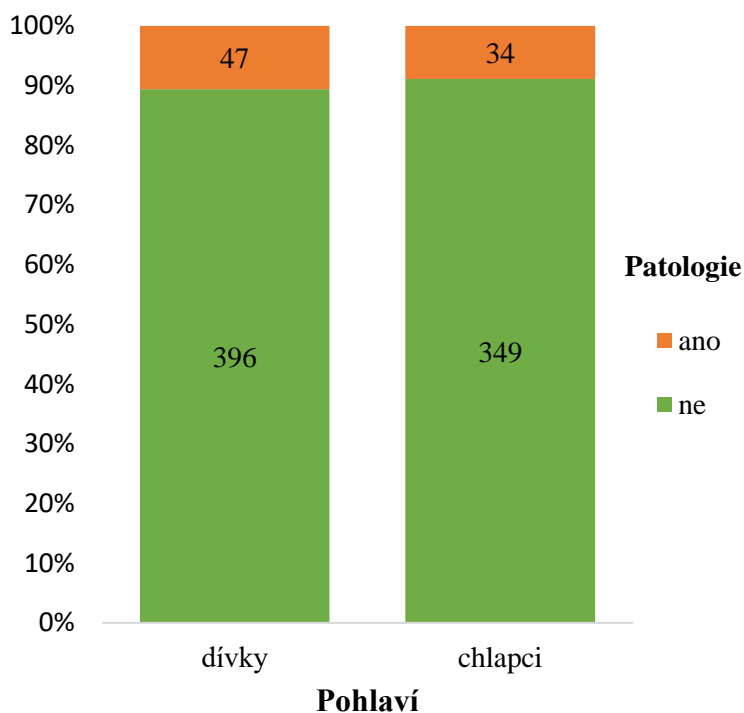
Vyhodnocení tohoto dotazníku dle autora spočívá v tom, že pokud respondent dosáhne pěti a více kladných odpovědí, jedná se podle něj o vážný problém, kdy se může jednat o patologické užívání internetu (Suler, 2004).

**Tabulka č. 10** Zdravé a patologické užívání internetu

Patologie	Pohlaví		Celkem	Pohlaví		Celkem
	dívky	chlapci		dívky	chlapci	
ne (0-4 b.)	396	349	745	89,4%	91,1%	90,2%
ano (5+ b.)	47	34	81	10,6%	8,9%	9,8%
<b>Celkem</b>	443	383	826	100,0%	100,0%	100,0%

(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 18** Podíl respondentů - patologie

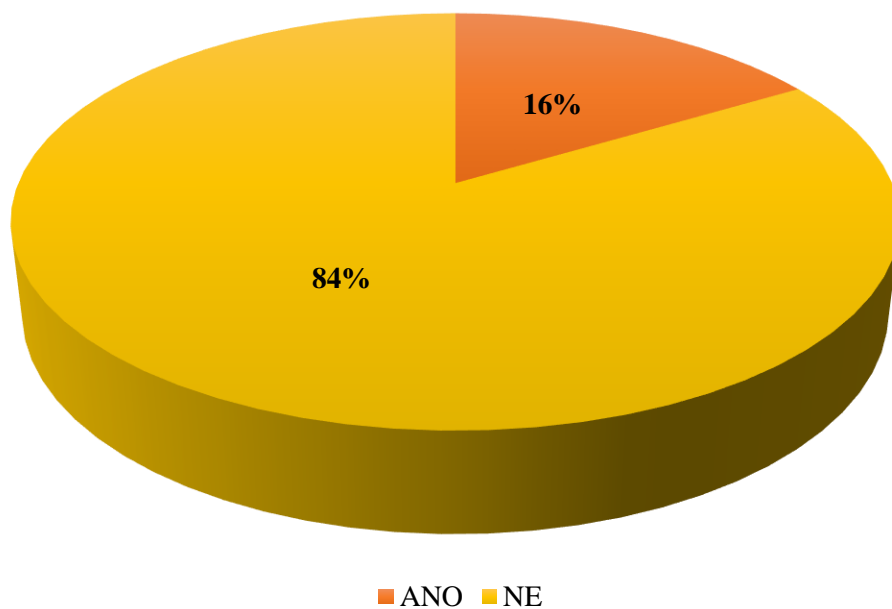


(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

Pro vyhodnocení Zdravého a patologické užívání internetu byl použit chí – kvadrát test ( $P = 41,4 \%$ ). Na základě tohoto výsledku můžeme říci, že není rozdíl mezi chlapci a dívkami. Bez patologie je tedy cca 90% dětí, riziko patologie vykazuje 10% dětí (viz Tabulka č. 10).

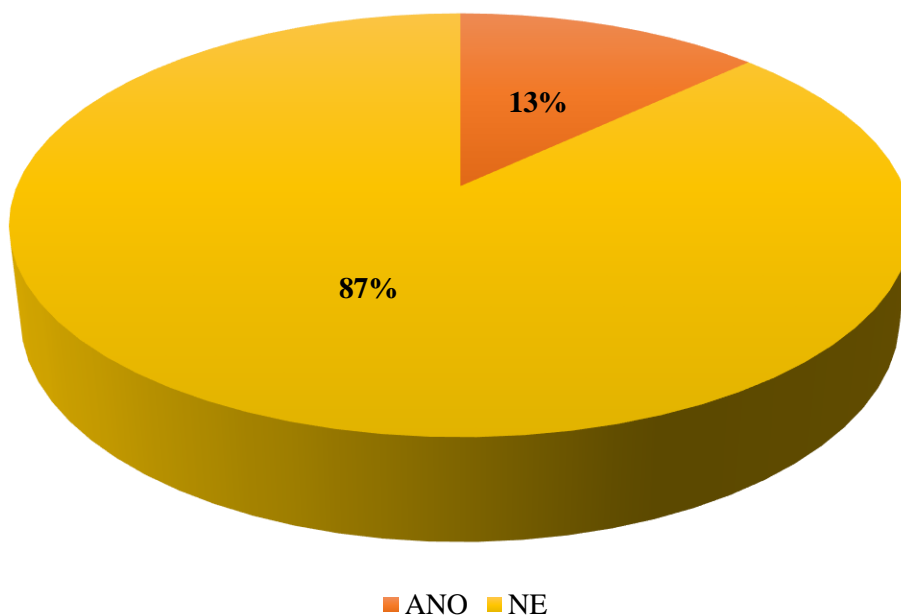
Vyhodnocení jednotlivých odpovědí žáků druhého stupně základní školy je následovné:

**Graf č. 19** Zanedbáváte kvůli internetu důležité věci ve svém životě?



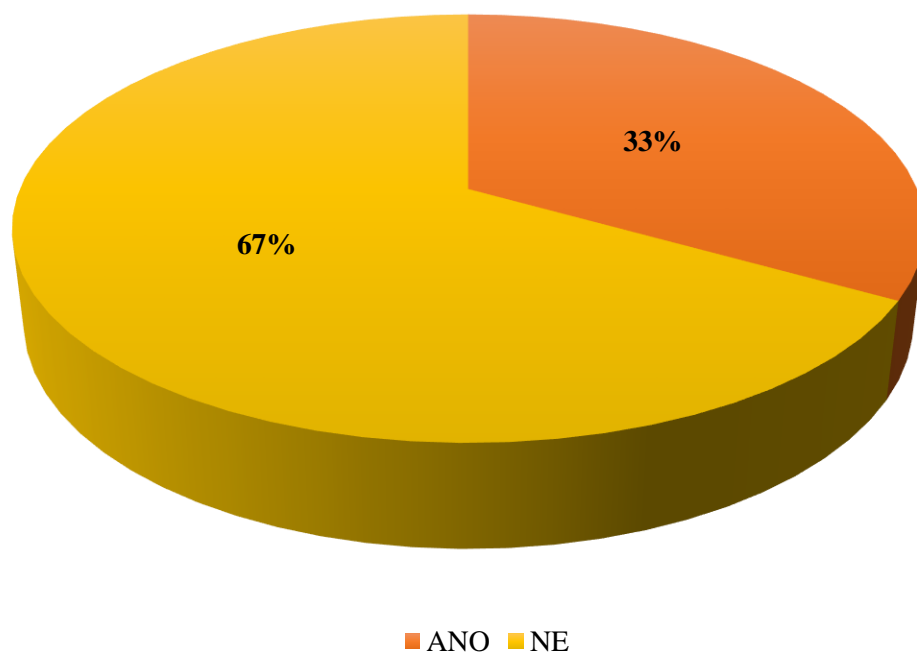
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 20** Narušuje internet vztahy s významnými lidmi Vašeho života?



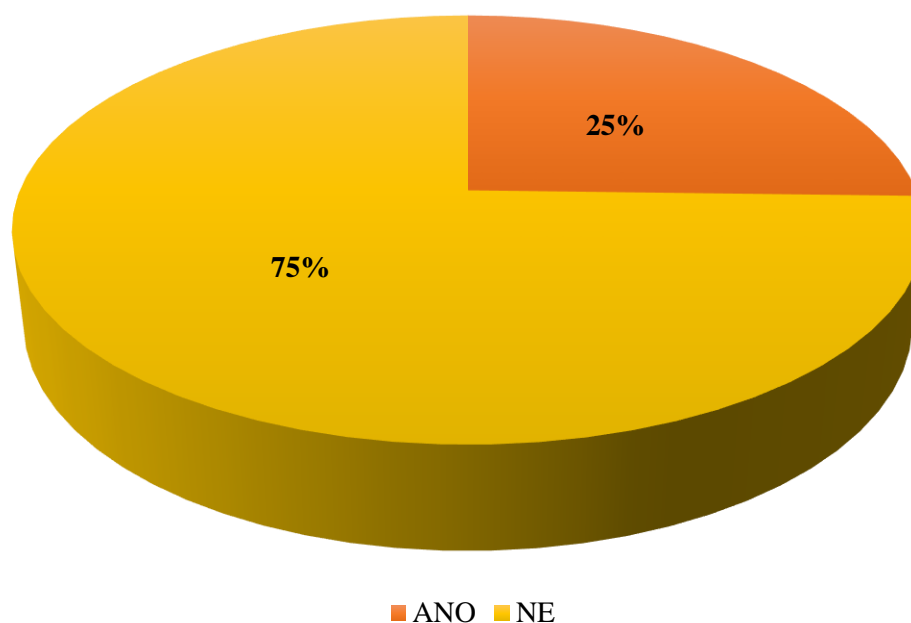
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 21** Bráníte se nebo jste rozrušeni, když někdo kritizuje Váš internetový život?



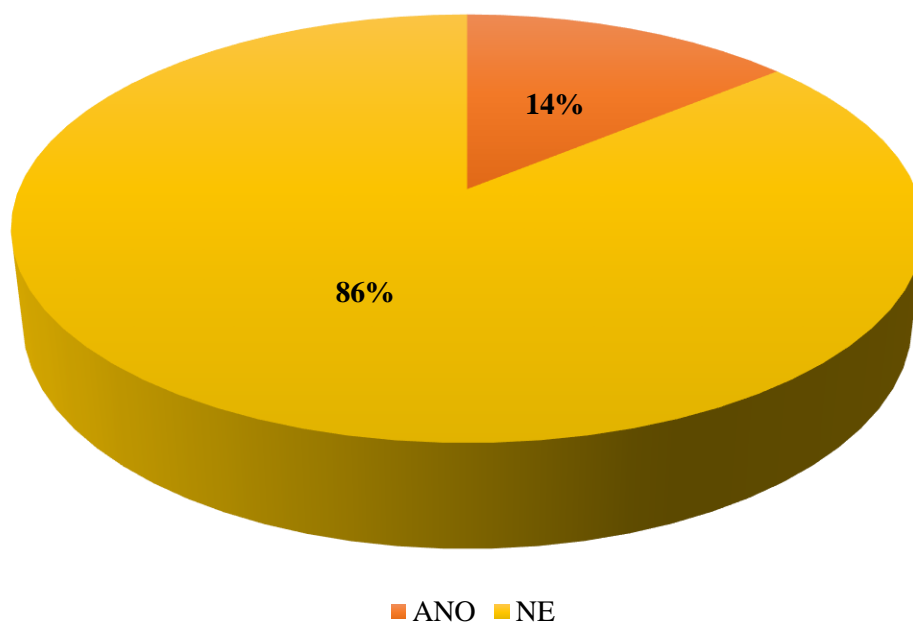
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 22** Vyčetl Vám někdo, na jehož názoru Vám záleží, Váš internetový život?



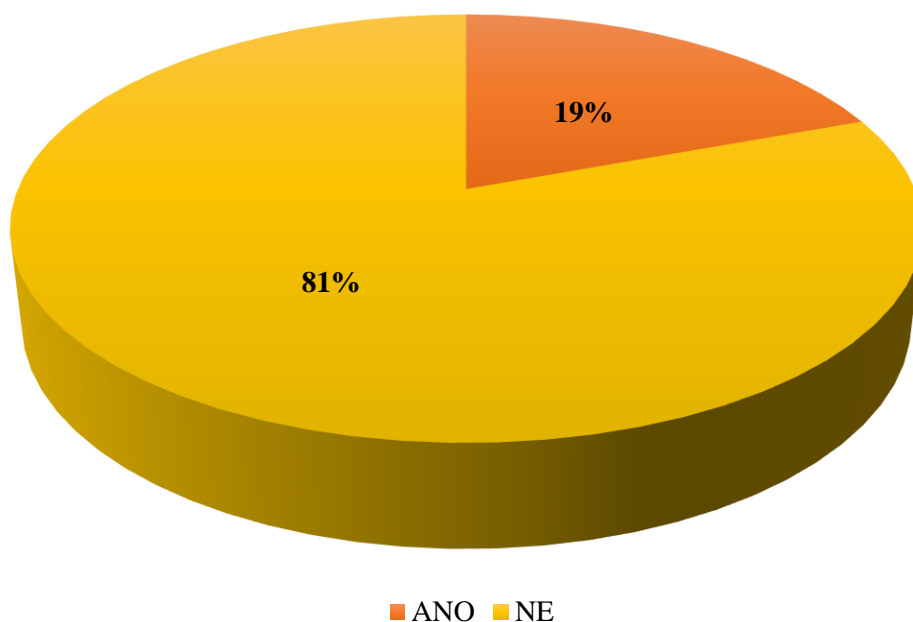
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 23** Cítíte úzkost, když nejste delší dobu připojeni na internet?



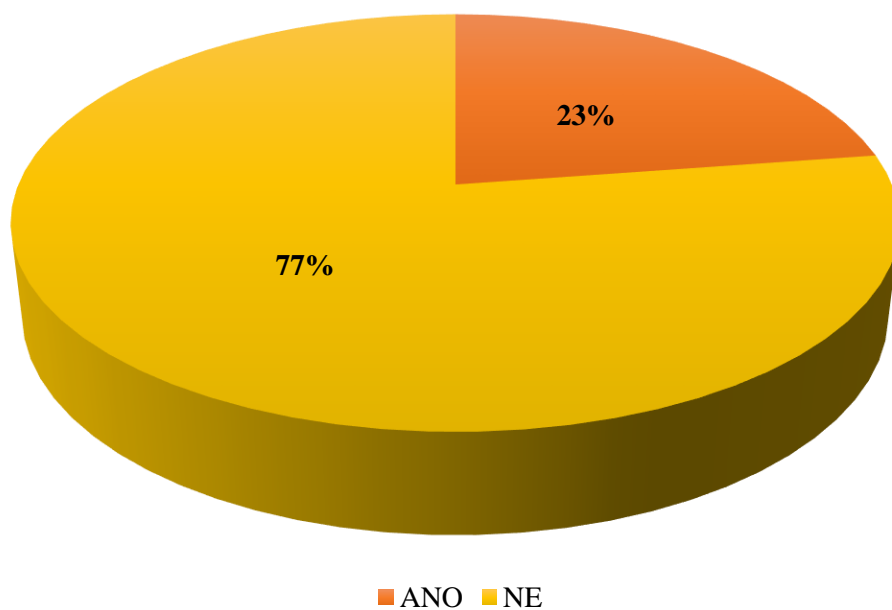
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 24** Zjistili jste někdy, že před ostatními skrýváte svůj internetový život?



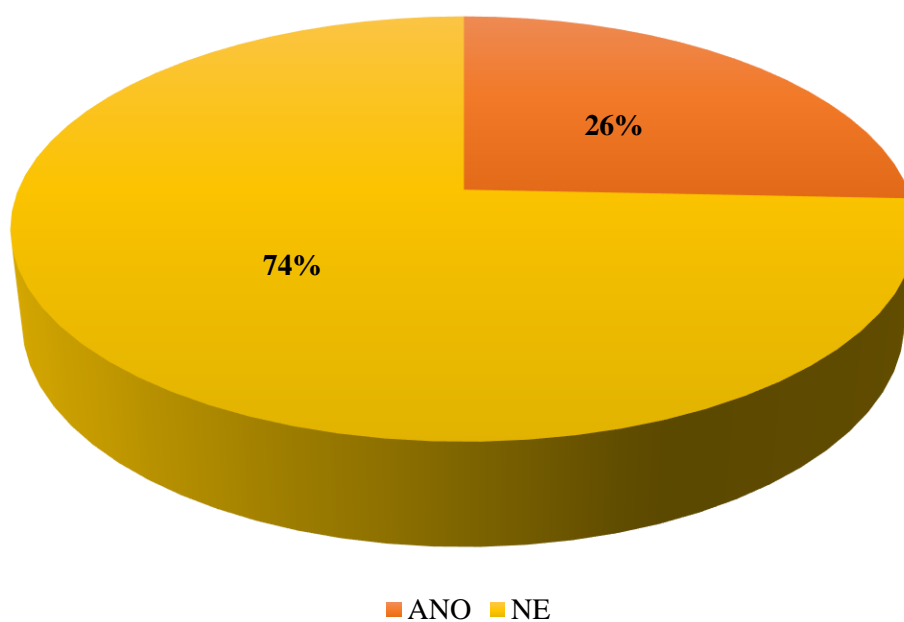
(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 25** Zkusili jste s tím někdy přestat, ale nešlo to?



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

**Graf č. 26** Je nějaká jiná skrytá příčina, kvůli které trávíte na internetu tolik času?



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)

### 8.5 Hodnotící dotazník – třídní učitel, školní metodik prevence

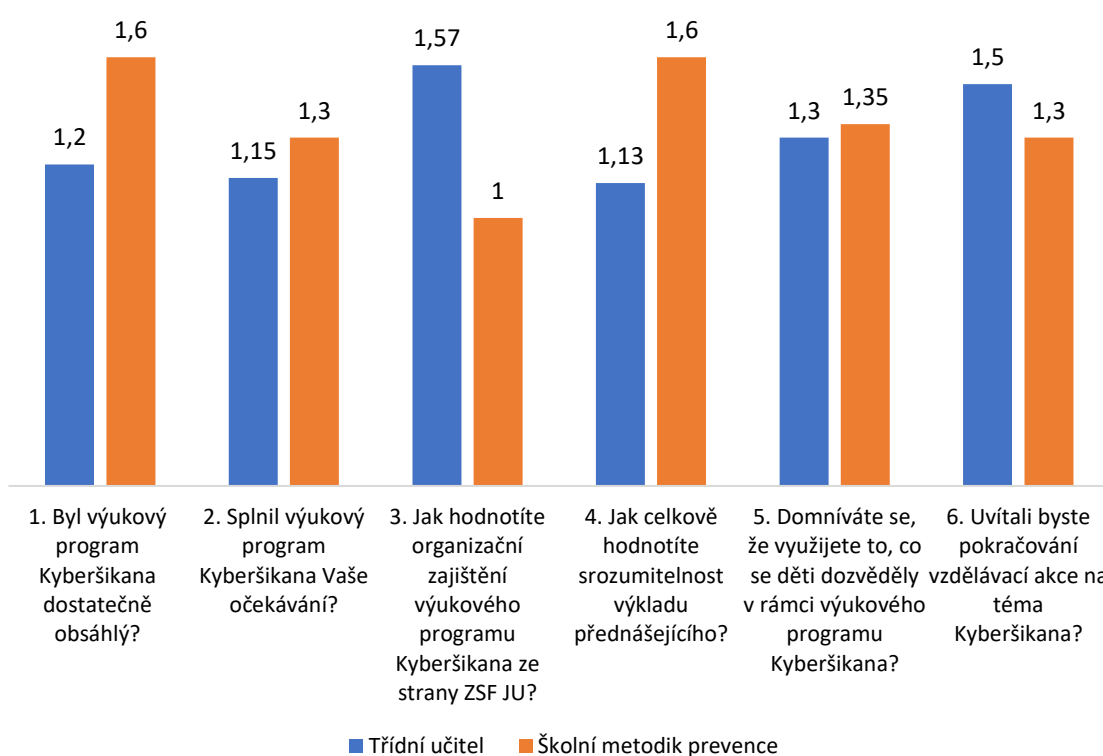
V této kapitole ve sloupcovém grafu znázorňuji a srovnávám jednotlivé výsledky hodnotících dotazníků třídních učitelů (viz Příloha č. 6) a školních metodiků prevence (viz Příloha č. 7) u nichž ve třídách probíhal preventivní program Kyberšikana.

Hodnotící dotazník byl vyplněn pouze od těch třídních učitelů a školních metodiků prevence, kteří byli přítomni při této preventivní akci. Bylo přítomno 23 třídních učitelů a 5 metodiků prevence.

Součástí obou hodnotících dotazníků byl i prostor k vyjádření komentáře formou psaného slova třídních učitelů a školních metodiků prevence k samotné realizaci či obsahu preventivního programu Kyberšikana. Žádný z nich tuto možnost nevyužil, proto prezentuji výsledky pouze z uzavřených otázek.

Výsledky jsou uvedeny v průměrech.

**Graf č. 27** Hodnotící dotazník-třídní učitel, školní metodik prevence



(Zdroj: Vlastní výzkum, 2020)



## 8.6 Publikace KYBERŠIKANA

Na základě výsledků ze získaného dotazníkového šetření byla pro třídní učitele a školní metodiky prevence zpracována metodická příručka s názvem Kyberšikana. Publikace vznikla v rámci projektu *Ministerstva zdravotnictví s názvem "Prevence kyberšikany a ochrana dětí před on-line hrozbami (registrační číslo OKR/10/4112/2019)"* a této diplomové práce (viz Obrázek č. 1 a Obrázek č. 2).

**Obrázek č. 1** Informace o publikaci Kyberšikana



**Kyberšikana**

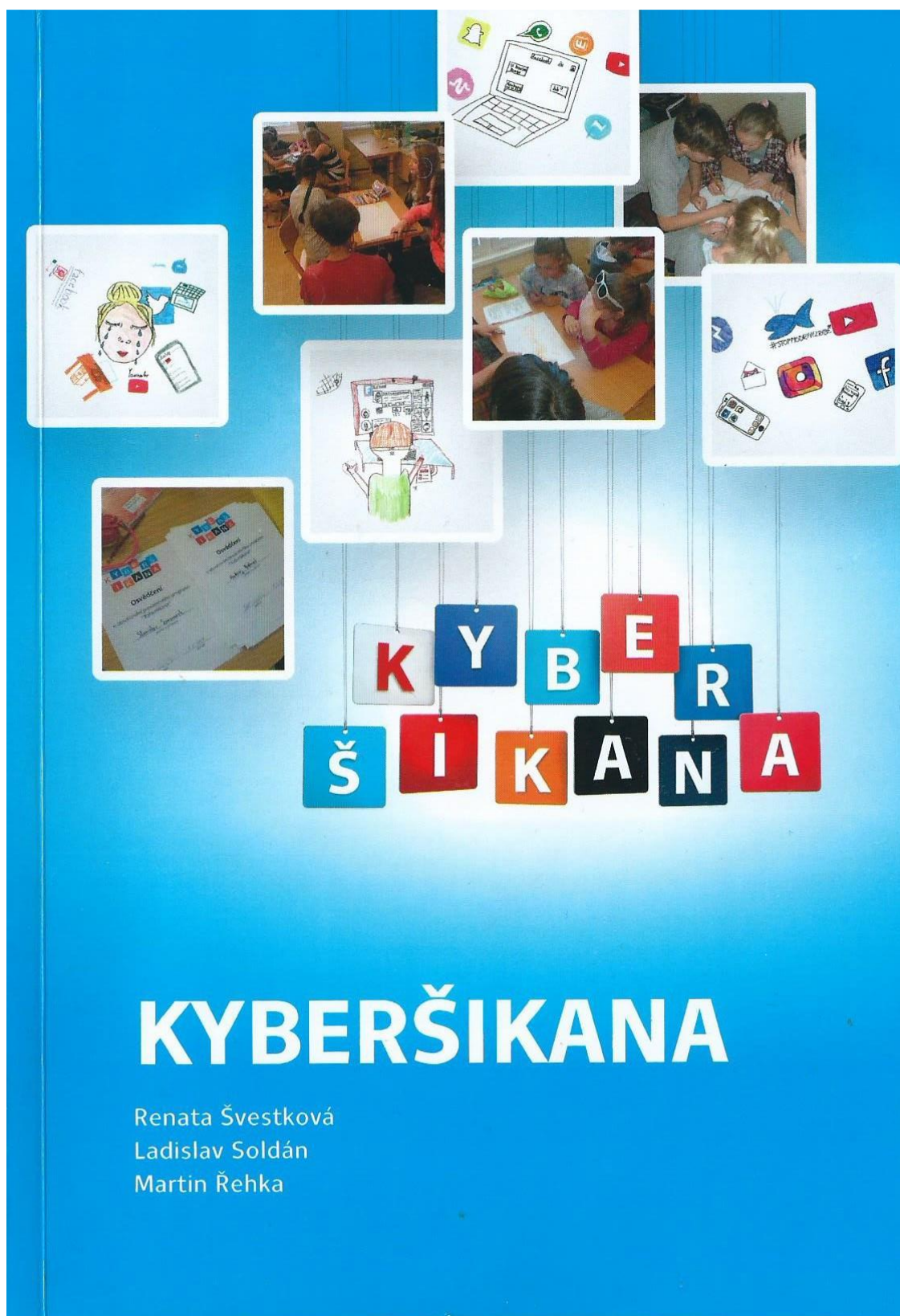
- Poslední aktualizace: 13.01.2020
- Pro čtení publikace si stáhněte aplikaci: iPad, iPhone, macOS, Android tablet, Android mobile, Windows desktop
- Autor: Renata Švestková, Ladislav Soldán, Martin Řehka
- Vydavatel: ZSF JU v Českých Budějovicích,
- Kategorie: Společenské a humanitní vědy
- Verze knihy: 1
- Rok vydání: 2019
- ISBN: 978-80-7394-752-1
- ISBN iOS: 978-80-7394-752-1
- ISBN Android: 978-80-7394-752-1
- Anotace:  
Publikace Kyberšikana je praktickou příručkou pro pedagogy, studenty pedagogických a sociálních věd, rodiče a další zájemce o informace týkající se kyberšikany a způsobů jejího efektivního řešení.

(Zdroj: E- knihovna JCU, 2020)

**Odkaz na elektronickou verzi publikace KYBERŠIKANA**

<https://jcu.publi.cz/?book=972-kybersikana>

Obrázek č. 2 Publikace Kyberšikana – titulní strana



(Zdroj: E- knihovna JCU, 2020)

## 9 Diskuze

Diskuze je zaměřena primárně na porovnání výsledků získaných z dvoufázového dotazníkového šetření s názory odborníků, jež se věnují internetu, kyberšikaně a kybernetické bezpečnosti u dětí a žáků základních škol. V diskuzi konfrontuji jednotlivé výsledky dotazníkového šetření ze strany žáků, které jsem do práce vložil a znázornil pomocí grafů. V diskuzi se věnuji jednotlivě každé otázce z obou dotazníků a porovnávám je s aktuálními zdroji a autory.

Prvním cílem praktické části diplomové práce bylo zjistit, zda jsou žáci druhého stupně základních škol vystaveni rizikům problematického užívání internetu. Druhým cílem bylo zjistit, zda jsou žáci ohroženi patologickým užíváním internetu. Třetím cílem bylo vytvořit manuál, který bude základním nosičem informací pro učitele a školní metodiky prevence při řešení kyberšikan na základních školách.

Respondenty dvoufázového dotazníkového šetření byli žáci druhého stupně základních škol v Jihočeském kraji. Celkově se do výzkumu této diplomové práce zapojilo 826 žáků ze 6 základních škol v Jihočeském kraji. Dvoufázovému dotazníkovému šetření předcházela interaktivní preventivní program Kyberšikana, který byl realizován mojí osobou. Dotazníky, které jsem s respondenty, žáky vyplnil, jsem poté spolu s nimi v rámci výukového programu vyhodnotil.

Oba dotazníky, které jsem v diplomové práci použil, jsou doporučené metodice a sborníku studií Linky bezpečí (2012) s názvem Děti a online rizika. Tento sborník byl zpracován s podporou MŠMT. Tyto dotazníky mají za úkol zjistit, zda je chování dítěte / žáka na internetu z nějakého směru neobvyklé a je nutné udělat další kroky, které povedou k vyřešení. Dotazníky slouží pouze jako nástroj k tomu, aby bylo snazší zjistit, zda se jedná o abnormální užívání internetu jedince.

Výsledek Orientačního testu pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu ukázal (viz Tabulka č. 9, Graf č. 4), že 441 (53,4 %) žáků druhého stupně základní školy (z toho 246 dívek, 195 chlapců), nemá žádné riziko k problematickému užívání internetu. Středním rizikem problematického užívání internetu je ohroženo 321 žáků (38,9 %) (z toho 164 dívek, 157 chlapců). Tito žáci mají jisté potíže s užíváním internetu. Autor tohoto dotazníku (Šmahel, 2003) pro tuto rizikovou skupinu doporučuje zamyšlení se nad vlastním internetovým on-line chováním.

Poslední skupinou jsou respondenti s nejvyšším rizikem, výsledek dotazníkového šetření prokázal, že do této kategorie patří celkem 64 žáků (7,7 %) (z toho 33 dívek a 31 chlapců) (viz Tabulka č. 9). Tento výsledek testu ukazuje na závažné problémy a vysokou pravděpodobnou přítomnost závislosti na internetu (Šmahel, 2003) (viz Graf č. 4) **Na základě tohoto výsledku můžeme říci, že není rozdíl mezi chlapci a dívkami. Bez rizika je tedy 53,5 % dětí, v mírném nebo vysokém riziku je 46,5 %.**

Druhá fáze dotazníkového šetření bylo na téma Zdravé a patologické užívání internetu. Výsledky ukázaly, sklon k patologickému užívání internetu nemá celkem 745 žáků (90,2 %) druhého stupně základních škol, jedná se tedy o 396 dívek a 349 chlapců, v tomto případě výsledek ukázal, že se jedná o zdravé užívání internetu. Na druhé straně však je skupina žáků, kteří mají sklony k patologickému užívání internetu, výsledek dotazníkového šetření zaznamenal, že těchto žáků je 9,8 % (viz Graf č. 18, Tabulka č. 10). U této skupiny žáků se jedná o problém, kdy se dle Sulera (2004) jedná o patologické užívání internetu. Tato skupina žáků zahrnuje 47 dívek a 34 chlapců z celkového počtu 826 respondentů. **Na základě tohoto výsledku můžeme říci, že není rozdíl mezi chlapci a dívkami. Bez patologie je tedy cca 90% dětí, riziko patologie vykazuje 10% dětí (viz Tabulka č. 10).**

#### **Stanovené a testované hypotézy:**

**Hypotéza 1** Existuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Šmahelova (2003) dotazníku (*Rizika problematického užívání internetu*).

Po otestování hypotézy můžeme říci, že neexistuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Šmahelova (2003) dotazníku Rizika problematického užívání internetu (viz Tabulka č. 1 a Tabulka č. 2). **Lze tedy konstatovat, že H1 se nepotvrdila.**

**Hypotéza 2** Existuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Sulerova (2004) dotazníku (*Zdravé a patologické užívání internetu*).

Po otestování hypotézy můžeme říci, že neexistuje statisticky významný rozdíl dle pohlaví žáků v rámci Sulerova (2004) dotazníku (*Zdravé a patologické užívání internetu*) (viz Tabulka č. 3 a Tabulka č. 4). **Lze tedy konstatovat, že H2 se nepotvrdila.**

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 443 chlapců (54 %) a 383 dívek (46 %) (viz Graf č. 1). Dle Černé et al. (2013) se s kybernetickou šikanou na internetu může setkat kdokoliv, avšak výraznou ohroženou skupinou jsou děti, proto byl výzkum směřován na žáky druhého stupně základní školy. Dle Rogerse (2011) se s kyberšikanou na základní škole setká 10 % dětí.

**Hypotéza 5** Na problematické užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) (*Rizika problematického užívání internetu*) má vliv ročník.

Po otestování hypotézy můžeme říci, že na problematické užívání internetu dle dotazníků Šmahela (2003) má vliv ročník (viz Tabulka č. 7). **Lze tedy konstatovat, že H5 se potvrdila.**

**Hypotéza 6** Na problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) (*Zdravé a patologické užívání internetu*) má vliv ročník.

Po otestování hypotézy můžeme říci, že na problematické užívání internetu dle dotazníků Sulera (2004) má vliv ročník (viz Tabulka č. 8). **Lze tedy konstatovat, že H6 se potvrdila.**

Dotazníkové šetření probíhalo u žáků na druhém stupni, jednalo se o 6. třídy (287 žáků), 7. třídy (249 žáků), 8. třídy (138 žáků), a 9. třídy (152 žáků) vybraných škol v Jihočeském kraji (viz Graf č. 3).

Dle výzkumu E-bezpečí, který nese název Rizikové chování českých dětí v prostředí internetu (2014) se 50,9 % dětí setkalo s některým z projevů kyberšikany. Dle autorů tohoto výzkumu (Kopecký, Kožíšek, 2014) se jedná především o verbální útoky, vydírání, obtěžování prozváněním, ztrapňováním šířením videa či audio nahrávky, průnikem na účet, ztrapňováním šířením fotografií nebo krádeží identity uživatele. Ze získaných dat vyplynulo, že 18 % žáků druhého stupně základních škol mělo problémy kvůli používání internetu, avšak jejich přítomnost na internetu se nesnížila, ani nijak neomezila (viz Graf č. 15).

Z výzkumu E-bezpečí Sexting a rizikové seznamování (2017) vyplývá, že kyberšikanou jsou často více ohroženy dívky. Dívky na internet velmi často umísťují či zasílají intimní fotografie, které jsou poté zneužity internetovým predátorem.

**Hypotéza 3** Problematické užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) (*Rizika problematického užívání internetu*) souvisí s věkem žáků.

Po otestování hypotézy můžeme říci, že dotazník Rizika problematického užívání internetu dle dotazníku Šmahela (2003) souvisí s věkem žáků (viz Tabulka č. 5). **Lze tedy konstatovat, že H3 se potvrdila.**

**Hypotéza 4** Problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) (*Zdravé a patologické užívání internetu*) souvisí s věkem žáků.

Po otestování hypotézy můžeme říci, že problematické užívání internetu dle dotazníku Sulera (2004) souvisí s věkem žáků (viz Tabulka č. 6). **Lze tedy konstatovat, že H4 se potvrdila.**

Dotazníkového šetření se zúčastnili žáci ve věku 11 let (21 %), 12 let (33 %), 13 let (20 %), 14 let (18 %) a poslední skupinou byli žáci ve věku 15 let (8 %) (viz Graf č. 2).

Dle nejnovějšího výzkumu s názvem České děti v kybersvětě (Kopecký, Szotkowski, 2019) děti mladší 13 let nejvíce na internetu navštěvují sociální sítě (51,75 %), servery a internetové stránky pro sdílení videosouborů (41,10 %), nejčastěji se jedná o server YouTube). Dále také navštěvují online encyklopedie (30,30 %) (zejména Wikipedia) herní servery (29,52 %), úložiště (21,01 %), eshopy, bazary a akční servery (15,16 %).

Děti ve věku 13 – 17 let navštěvují zejména sociální sítě (75,51 %), servery s videoobsahem (YouTube či Vimeo) (55,91 %) a online encyklopedie (39,23 %).

Z Britského výzkumu Cyberbullies using social network sites (2009) vyplynulo, že 876 dětí ve věku 12–16 let konkretizovalo kyberšikanu jako zveřejnění či opakované zveřejňování nepravdivých zpráv či negativních komentářů na britských sociálních, zejména na stránce Bebo (Anonymous, 2009).

Když se na to podíváme ze strany druhé, je evidentní protipól v nejnovějším dostupném českém výzkumu E-bezpečí (2019) s názvem Děti v kybersvětě dokládá výsledek, že 23 % dětí mladších 13 let využívá určité sociální sítě, ikdyž ještě nemají dosažený věk k tomu, aby se na danou sociální síť mohli zaregistrovat. Zmiňovaného českého výzkumu se zúčastnilo 27 177 respondentů (chlapců i děvčat) ve věku od 7 do 14 let.

Z orientačního testu pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu vyplynulo, že 33 % dětí (viz Graf č. 10) tráví na internetu stále větší množství času z jiných než školních povinností. Bylo zjištěno, že 11 % žáků druhého stupně základních škol omezilo kvůli internetu své sportovní, kulturní a rekreační zájmy (viz Graf č. 16). Toto tvrzení dokládá i tvrzení Stašové et. al. (2015), která zmiňuje, že děti věnují internetu mnohem větší množství času, než kroužkům a volnočasovým aktivitám. Dle Kumara (2019) se sociální média a internet se staly velmi populární složkou života dětí a jsou velmi škodlivá. Lidé používají internetové služby, aby brutálně zaútočili na ostatní zpoza obrazovky.

Z dotazníkového šetření je zřejmé, že 9 % žákům druhého stupně se zdá být po odpojení od internetu reálný svět značně neskutečný (viz Graf č. 9). Toto tvrzení dokládá i Šmahaj (2014), který definuje kybernetický prostor jako rozdílné, specifické prostředí, kde se může odehrávat internetová šikana. Primárně je však dle něj toto prostředí určeno pro komunikaci. S tím se ztotožňuje Jirovský (2007), který konstatuje, že v kyberprostoru platí oproti reálnému prostředí zcela odlišná pravidla, která se vymykají přirozenému řádu lidstva. Erreygers (2018) poukazuje na výsledky svého výzkumu, ve kterém dokazuje souvislost mezi negativními prožitky v reálném životě a hledání útěchy na internetu. Výsledkem jeho výzkumu je, že místo získání chtěné útěchy došlo u mnohých respondentů k napadení kybernetickým agresorem.

Divínová (2005) uvádí, že závislost na internetovém prostředí je charakteristická nepřiměřeným časem stráveným na internetových stránkách. Toto tvrzení potvrzuje Graf č. 13, kde je z dotazníkového šetření zřejmé, že 30 % žáků druhého stupně základních škol chtělo snížit čas, který tráví na internetu on-line, ale nepodařilo se jim to. Z výzkumu diplomové práce dále vyplývá, že 16 % žáků zanedbává důležité věci ve svém životě kvůli času, který na internetu stráví (viz Graf č. 19). S tím souhlasí i Nešpor (2011), který upozorňuje na zásadní znaky závislosti. Jedná se o aktivity, které začnou zasahovat do běžných činností člověka a určitým způsobem je narušuje. 22 % dětí v rámci dotazníkového šetření odpovědělo, že měly kvůli internetu potíže s vykonáváním svých rodinných či školních povinností (viz Graf č. 17).

Dle Jak na internet (2020) s sebou závislost na internetu přináší určitá specifika. Jedná se o časté změny nálad, konflikty a abstinenční příznaky. 18 % respondentů na vybraných základních školách rovněž uvedlo, že se jim zhorší nálada po tom, co se musí od internetu

odpojit (viz Graf č. 7). S tím souvisí i odpověď, kterou jsem zaznamenal u žáků na otázku, zda se jim hůř soustředí, když nejsou připojeni k internetu (viz Graf č. 8), kde 9 % žáků zaznamenalo odpověď ano. Dále také 5 % žáků druhého stupně vybraných základních škol uvedlo, že mají nepříjemné psychické či fyzické pocity po tom, co se z internetu odpojí (viz Graf č. 12). V tomto směru se může jednat o příznaky netolismu neboli závislosti na internetu, které žáky mohou provádět jejich životem. Griffith (2004) určil šest základních symptomů netolismu, mezi které zařadil časté změny nálad, radikální zhoršení společenského chování, zvýšená tolerance vůči strávenému času na internetu, abstinenční příznaky, rozpor a rekulenci.

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že 14 % dětí pociťuje úzkost, když nejsou delší dobu připojeni na internet (viz Graf č. 23). Blinka (2015) řadí mezi základní projevy netolismu psychické problémy. Nejčastěji se jedná právě o nervozitu či úzkost v důsledku plánovaného či neplánovaného odpoutání se od internetu nebo delší prodleva či nedostupné připojení k internetu. Závislého internetového uživatele velmi často provází nepříjemné a časté přemýšlení o internetu, počítači a telefonu, právě v tu dobu, kdy je aktivně nevyužívá. Na to navazuje i následující položená otázka respondentům z výzkumného dotazování. 41 % žáků uvedlo, že když zrovna nejsou on-line, přemýšlí, co budou dělat, až se znovu k internetu připojí (viz Graf č. 5).

Dalším projevem závislostního chování na internetu je také zatajování dalším osobám (rodině, přátelům, partnerovi/ partnerce) strávený čas na internetu. Svůj internetový život skrývá před ostatními 19 % žáků (viz Graf č. 24). Blinka (2015) konstatuje, že počítač a mobilní telefon osoba užívá k tomu, aby děti či dospělí mohli uniknout od svých reálných problémů s reálnými lidmi ve svém životě. Avšak z vyplněných dotazníků ze strany respondentů je zřejmé, že 18 % žáků již nějaký problém kvůli nadměrnému využívání internetu mělo (viz Graf č. 15).

Výsledky ukazují, že 55 % žáků ve věku 11 – 15 let má internet ve svém hodnotovém žebříčku na některém z prvních třech míst (viz Graf č. 6). Kraus (2006) definoval hodnotový systém tzv. žebříček hodnot jako důležitost či cennost, se kterými se osoba určitým způsobem ztotožňuje a uznává je. Z dotazníkového šetření je zřejmé, že žáci druhého stupně mají jako významost právě internet, který je dnešní dobou provází a velmi aktivně jej využívají a tráví na internetu nadměrné množství času. Samotní autoři Ježek a Jiráček (2014) uvádí, že na druhou stranu, ty děti, které nemají přístup k internetovému



připojení jsou ve své sociální skupině (vrstvě) ostrakizováni čili vylučováni nebo odmítány. Tím dle totožného autora dochází k poklesu sociálního kontaktu a i když internet není závislý na místě a čase, uživatelé jsou si mnohem vzdálenější. Množství příspěvků na internetu, zejména na sociálních sítích od dospívajících jedinců je neetické a velmi často obsahují násilí (Ježek, Köpplová, 2009).

U respondentů se ukázelo, že 19 % žáků druhého stupně potřebuje na internetu stále více času, aby dosáhli toho, co chtějí (viz Graf č. 11). Kopecký (2015) zmiňuje, že osoby ztrácí časovou orientaci v internetovém prostředí a nedokáží rozlišit čas strávený na internetu, potřebují stále více času být on-line. 25 % žáků uvedlo, že jim někdo vyčetl jejich život na internetu (viz Graf č. 22).

S tím souvisí i odpovědi žáků z dotazníku na otázku č. 14 zda si myslí, že se kvůli internetu vídají méně s přáteli. 20 % žáků na položenou otázku odpovědělo kladným způsobem (viz Graf č. 14). Španělský autor Berger (2016) na danou problematiku internetu reaguje tak, že teenageři spolu tráví stále větší množství času avšak pouze v on-line realitě. Jejich společenský život se dnes stává důležitějším než dřív ale v internetové formě, kterou podporuje technologická revoluce digitálních zařízení a sociálních sítí.

Z dotazníkového šetření Zdravé a patologické užívání internetu bylo zjištěno, že 13 % žáků narušuje internet vztahy s významnými lidmi jejich života (viz Graf č. 20). Nemohu však posoudit, koho žáci druhého stupně základních škol řadí mezi významné lidi ve svém životě. Dle mého mínění sem někteří z respondentů dotazníkového šetření řadí právě svoje rodiče. Avšak dle Spitzera (2014) je to právě rodič, který musí zasáhnout v první linii. Ať už jeden či oba rodiče musí stanovit určité hranice již zpočátku – od útlého věku. Toto tvrzení z části vyvrací dostupný výzkum E-bezpečí, který nese název Rodič a rodičovství v digitální éře (2018). Do tohoto rozsáhlého výzkumu se zapojilo celkově 1093 rodičů z celé České Republiky, výzkum byl realizován v roce 2015 – 2017. Bylo zjištěno, že rodiče půjčují mobilní telefon dětem již od prvního roku jejich života. Výrazně však toto půjčování mobilního telefonu opadá, když má dítě 6 až 7 let. V rámci dotazníkového šetření 73 % rodičů odpovědělo, že nějakým způsobem, nejčastěji ústní domluvou omezují strávený čas dítěte na internetu. Na toto tvrzení navazuje i dotazníkové šetření této diplomové práce, (viz Graf č. 21) z dotazníku Zdravé a patologické užívání internetu. Kdy byla respondentům položena otázka, zda se brání nebo jsou rozrušeni, když někdo kritizuje jejich internetový život. Kladně odpovědělo 33 % žáků, což

představuje z celkého výzkumného vzorku 826 respondentů 210 žáků. Na tuto skutečnost upozorňuje také další autor, který zmiňuje, že závislost na internetu v sobě zahrnuje neschopnost jedince kontrolovat své jednání, které je specifické podrážděným či náladovým chováním (Shapira, McElroy, 2000).

Je zajímavé, že 23 % žáků druhého stupně uvádí, že chtělo s internetem přestat ale nešlo to (viz Graf č. 25). Dle Krčmářové (2012) si dítě nebo jakýkoli dospělý člověk nevybuduje závislost na internetu, avšak na různých webových aplikacích a internetových stránkách.

Dle Hýbnerové (2012) se závislost na internetu se řadí do kategorie patologického hráčství, jedná se o tzv. virtuální drogy, které internetový uživatel ke svému životu neustále potřebuje. Autorka dále uvádí, že internet je dnes součástí téměř každé domácnosti. Autorka zmiňuje, že oblastí, které u žáků vytváří internetovou závislost je hned několik. Jedná se o kybernetické vazby a vztahy, hraní on-line her, on-line komunikace nebo návaznost ostatních problémů jedince. S tím souvisí i otázka, kterou jsem žákům v rámci dotazníkového šetření položil v rámci dotazníku Zdravé a patologické užívání internetu. Otázka zněla, zda je nějaká jiná skrytá příčina, kvůli které tráví na internetu tolik času (viz Graf č. 26). Na tuto otázku odpovědělo 26 % žáků kladně. Hýbnerová (2012) ve sborníku s názvem Děti a on-line rizika zmiňuje, že děti mohou mít problém i s těmi oblastmi, které si myslíme, že jsou určeny zejména pro dospělé jedince. Tato závislost se může týkat internetového sexu tzv. sexting nebo internetového kompulzivního chování. Sexting je u internetových dětských uživatelů taktéž obvyklý. Tímto vysvětlením jsem chtěl poukázat, že i toto jsou možnosti, proč žáci tráví na internetu stále více času a může se jednat o právě tyto skryté příčiny, které uvádí autorka.

Na základě přítomných třídních učitelů a v některých případech i školních metodiků prevence při preventivním programu Kyberšikana pro žáky druhého stupně bylo provedeno dotazníkové šetření i u pracovníků školy. Jednalo o hodnotící zpětnovazebné dotazníky (viz Příloha č. 6 a Příloha č. 7). Výsledky, které vzešly z tohoto dotazníkového šetření jsou zobrazeny pomocí sloupcového Grafu č. 27.

Hodnotící dotazník pro třídní učitele a školní metodiky prevence sloužil zejména jako zpětná vazba pedagogických pracovníků ze strany škol zapojených do projektu. Tento dotazník měl také za úkol zjistit, jaký názor mají pracovníci na problematiku kybernetické šikany a také jejich pohled na zmiňovaný preventivní program Kyberšikana. Tyto

výsledky slouží jako doplněk dotazníkového šetření žáků, proto je v této práci uvádím a myslím, že zde mají své místo a jistou funkci.

Z hodnotících dotazníků je zřejmé, že preventivní program Kyberšikana naplnil svůj účel. Na otázku č. 1 zda byl preventivní program Kyberšikana dostatečně obsáhlý, zareagovali třídní učitelé průměrnou známkou 1, 2. Školní metodici průměrnou známkou 1,6. Na otázku č. 2 zda preventivní program Kyberšikana splnil očekávání reagovali třídní učitelé průměrnou známkou 1,15 a školní metodici prevence průměrnou známkou 1,3. Dále třídní učitelé hodnotí organizační zajištění ze strany ZSF, JU průměrnou známkou 1,57 a školní metodici prevence průměrnou známkou 1,0. Na otázku, zda využijí to, co se z preventivní akce děti dozvěděly zareagovali třídní učitelé průměrnou známkou 1,3 a školní metodici 1,35. Třídní učitelé a školní metodici prevence by rovněž měli zájem o pokračování vzdělávací akce Kyberšikana.

Na základě veškerých dotazníkových šetření, které jsem v sekci Výsledky uvedl, jsme spolu s Mgr. Ing. Renatou Švestkovou, Ph.D. a Bc. Martinem Řehkou sestavili příručku s názvem Kyberšikana. Tato příručka je souborem informací, rad, praktických příkladů a návrhů jak kybernetickou šikanu začít řešit na úrovni základní školy. Příručka Kyberšikana je sestavena pro pedagogické pracovníky školy, zejména právě pro třídní učitele a školní metodiky prevence, kteří byli přítomni při preventivní akci Kyberšikana. Avšak zmiňovanou příručku může využít kdokoli z veřejnosti, nepedagogických pracovníků či rodiče žáků. Příručka obsahuje základní informace o kyberšikaně, právní odpovědi, která se týkají kybernetické šikany v ČR, dále příručka obsahuje oblast, která informuje o prevenci kyberšikany na úrovni rodiny či školy. Publikace Kyberšikana také obsahuje různá technická řešení jako preventivní opatření před kybernetickou šikanou. Cíleně je příručka zaměřena také na roli rodičů, školy a dětí ve vztahu ke kybernetické šikaně. Nesmí chybět ani účinná a správná strategie řešení kybernetické šikany a jako poslední do publikace byla zahrnuta doporučení a rady, které mohou čtenáři efektivně a účinně využít při boji s kybernetickým světem.

## 10 Závěr

Diplomová práce se zabývá kyberšikanou jako sociálním problémem pohledem žáků druhého stupně základní školy. Diplomovou práci tvoří dvě základní části, a to teoretická a praktická část. Teoretická část obsahuje kapitoly kyberšikana, sociální sítě, netolismus či závislost na internetu a poslední část je věnována prevenci kyberšikaně na základních školách.

Druhá část diplomové práce je praktická. Tato část obsahuje výsledky z dvoufázového dotazníkového šetření ze strany respondentů – tedy žáků druhého stupně základních škol a také výsledky hodnotících dotazníků ze strany učitelů a školních metodiků prevence základních škol v Jihočeském kraji. Na základě vyhodnocení dotazníků byla pro učitele, školní metodiky prevence, rodiče a veřejnost sestavena příručka Kyberšikana, která je rovněž součástí a výsledkem této diplomové práce.

### **Naplnění cílů:**

**Cíl 1:** V rámci preventivního programu Kyberšikana bylo u žáků druhého stupně základních škol provedeno dotazníkové šetření (první fáze), při kterém byl použit dotazník s názvem *Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu*. Výsledky z dotazníkového šetření daného dotazníku byly zpracovány do výšečových grafů, kde znázorňují odpovědi žáků na jednotlivé otázky. Rovněž byly k tomuto dotazníku stanoveny hypotézy – které se týkaly pohlaví, věku a ročníku respondentů. První fáze dotazníkového šetření ukázala, že není rozdíl mezi chlapci a dívkami v oblasti rizika problematického užívání internetu. Bez rizika problematického užívání internetu je 53,5 % žáků, v mírném nebo vysokém riziku problematického užívání internetu je 46,5 % žáků druhého stupně na základních školách v Jihočeském kraji.

**Cíl 2:** V rámci preventivního programu Kyberšikana bylo u žáků druhého stupně základních škol provedeno dotazníkové šetření (druhá fáze), při kterém byl použit dotazník s názvem *Zdravé a patologické užívání internetu*. Výsledky z dotazníkového šetření daného dotazníku byly zpracovány do výšečových grafů, kde znázorňují odpovědi žáků na jednotlivé otázky. Rovněž byly k tomuto dotazníku stanoveny hypotézy, které se týkaly pohlaví, věku a ročníku respondentů.

Druhá fáze dotazníkového šetření ukázala, že není rozdíl mezi chlapci a dívkami v oblasti zdravého a patologického užívání internetu. Patologickým užíváním internetu není ohroženo cca 90% dětí, riziko patologického užívání internetu vykazuje 10% žáků druhého stupně na základních školách v jihočeském kraji.

**Cíl 3:** Na základě provedených preventivních programů Kyberšikana na šesti základních školách v Jihočeském kraji a dotazníkového šetření ze strany učitelů a školních metodiků prevence byla sestavena příručka pro pedagogické i nepedagogické pracovníky základních škol, rodiče, veřejnost a další odborníky, kteří se s problematikou kybernetické šikany setkávají. Příručka s názvem Kyberšikana byla sestavena ve spolupráci s Mgr. Ing. Renatou Švestkovou, Ph.D. a také Bc. Martinem Řehkou.

Po absolvování preventivních výukových programů Kyberšikana byla do škol zapojených do projektu zaslána tato příručka Kyberšikana ve třech výtiscích. Mimo jiné byla tato příručka rozdána i do dalších základních škol pro učitele, školní metodiky prevence nebo studenty v oblasti pedagogiky. Tato příručka slouží jako základní nosič informací v oblasti kybernetické šikany, která je zaměřena primárně na děti a žáky na základních školách. Obsahuje také základní kroky, jak kybernetickou šikanu začít řešit. Příručka je také v on-line verzi na stránkách knihovny Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích.

Domnívám se, že pomocí metod, které jsem v praktické části práce využil, jsem jednotlivé cíle diplomové práce naplnil. Dokladem tohoto tvrzení jsou výsledky dotazníkového šetření žáků základních škol a také hodnotící dotazníky ze strany učitelů a školních metodiků prevence, kteří byli přítomni při dotazníkovém šetření a při preventivním výukovém programu Kyberšikana. Rovněž toto tvrzení dokládá i sestavená příručka s názvem Kyberšikana, která je u pedagogických pracovníků na základních školách využívána.

Vědecký přínos této diplomové práce vidím zejména v tom, že může sloužit všem pedagogům a odborníkům, kteří se této problematice věnují.

Rovněž tomuto výzkumu předcházela pětiletý předvýzkum v této oblasti, který byl již prezentován v rámci Studentské vědecké odborné činnosti na ZSF JU v roce 2017, prezentace Posteru a výsledků z projektu Prevence kyberšikany a ochrana dětí před on-line hrozbami na Studentské vědecké konferenci ZSF JU v roce 2018.

Vědecký přínos dále vidím v tom, že do šesti základních škol v jihočeském kraji byla zaslána příručka Kyberšikana, kde s ní pedagogové mohou efektivně pracovat a mít všechny aktuální dostupné informace v jedné brožuře.

Do dvoufázového dotazníkového šetření se zapojilo celkově 826 žáků druhého stupně základních škol, proto tento výzkum může také sloužit dalším odborníkům, kteří se věnují kyberšikaně a ochraně dětí před on-line hrozbami jako podnět k zpracování dalších metodických materiálů pro žáky a pedagogy.

Rovněž může tato diplomová práce sloužit jako zdroj informací pro rodiče žáků, jelikož tento výzkum dokládá, že je problematika kyberšikana stále velmi aktuální.

## 11 Citace a použité zdroje

1. ANONYMOUS, 2009. *Cyber-bullies using social network sites*. Irish Examiner: Cork. Landmark Digital Limited. General Interest Periodicals Ireland. ID 759016183.
2. AVAST, 2020. *Phishing* [online]. [cit. 2020-03-14]. Dostupné z: <https://www.avast.com/cs-cz/c-phishing>
3. BEARD, K., WOLF, E., 2001. *Modification in the Proposer Diagnosis Criteria for Internet Addiction*. *CyberPsychology and Behavior* [online]. [cit. 2020-03-14]. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.1089/109493101300210286>
4. BEDNÁŘOVÁ, J., 2017. *Školní zralost a její diagnostika*. Praha: Raabe. 146 s. ISBN 978-80-7496-319-3.
5. BENDL, S., 2001. *Školní kázeň: metody a strategie*. Praha: Institut sociálních věcí. 267 s. ISBN 80-85866-80-3.
6. BERGER, C., 2016. *Cyberbullying: Social Competence, Motivation and Peer Relationships*. In *Media Education Research Journal*. Comunicar. ISSN 1134-3478; e-ISSN: 1988-3293
7. BEZPEČNĚ ONLINE, 2020. *Netiketa* [online]. [cit. 2020-03-08]. Národní centrum bezpečnějšího internetu. Dostupné z: <https://bezpecne-online.saferinternet.cz/surfuj-bezpecne/komunikace-se-svetem/item/53-netiketa>
8. BLÁHOVÁ, R., ŠALŠOVÁ, L., 2012. *Problémy se třídou? Typy a náměty pro třídní učitele*. Praha: Raabe. ISBN 978-80-87553-40-4.
9. BLINKA, L., 2015. *Online závislosti: Jednání jako droga? Online hry, sex a sociální sítě: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba*. Praha: Grada. 198 s. ISBN 978-80-210-7975-5.
10. BUČILOVÁ KADLECOVÁ, J., KREJČOVÁ, L., MERTIN, V., 2010. *Pedagogická intervence u žáků ZŠ*. Praha: Wolters Kluwer. 308 s. ISBN 978-80-7357-603-5.
11. CIKLOVÁ, K., 2016. *Rizikové chování ve škole s vazbou na legislativní úpravu*. Econom press. 207 s. ISBN 978-80-905065-9-6.

12. COLEGIO BRUNING, 2020. *Sharenting: un fenómeno que afecta a nuestros hijos* [online]. [cit. 2020-04-04]. Dostupné z: <https://colegiobruning.edu.pe/sharenting-afecta-nuestros-hijos/>
13. CYBERBULLYING, 2016. *The World's First Definition of Cyberbullying* [online]. [cit. 2020-03-08]. Dostupné z: <https://cyberbullying.org/2016-cyberbullying-data>
14. ČECH, O., ZVONÍČKOVÁ, N., 2017. *Nebezpečí kyberšikany: internet jako zbraň?* České Budějovice: Theia - krizové centrum o.p.s. 131 s. ISBN 978-80-904854-4-0.
15. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL, D., 2013. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada. 152 s. ISBN 978-80-210-6374-7.
16. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2016. *Nižší sekundární vzdělání* [online]. [cit. 2020-03-28]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/20536112/022608v04.pdf/0b19c0be-6b98-40b8-9037-4c3e8406c8a1?version=1.0>
17. DIVÍNOVÁ, R., 2005. *Cybersex – forma internetové komunikace*. Praha: Triton. 168 s. EAN EK169109.
18. DOČEKAL, D., ECKERTOVÁ, L., 2013. *Bezpečnost dětí na internetu: rádce zodpovědného rodiče*. Praha: Computer Press. 224 s. ISBN 978-80-2513-804-5.
19. DOUBRAVA, L., 2010. Osmdesát procent obětí kyberšikany zná agresora. *Učitelské noviny*. roč. 113, č. 8, s. 7. ISSN 0139-5718.
20. E-KNIHOVNA JU, 2020. Publikace on-line JČU [online] [cit. 2020-05-08]. Dostupné z: <https://jcu.publi.cz/>
21. ERREYGERS, S., 2018. *The interplay of negative experiences, emotions and affective styles in adolescents' cybervictimization: A moderated mediation analysis*. *Computers in Human Behavior* 81, 223-234. ISSN 0747-5632.
22. FAMILY ONLINE SAFETY INSTITUTE, 2018. *What Families Need To Know About TikTok* [online]. [cit. 2020-03-08]. Dostupné z: <https://www.fosi.org/good-digital-parenting/what-families-need-know-about-tiktok/>



23. GRIFFITH, E., 2004. *Záhadná molekula*. Praha: Lidové nakladatelství. 209 s. ISBN 80-7106-696-6.
24. HARTL, P., HARTLOVÁ, H., 2010. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál. 800 s. ISBN 978-80-7367-686-5.
25. HENDL, J., 2016. *Kvalitativní výzkum*. Praha: Portál. 440 s. ISBN 978-80-262-0982-9.
26. HOLLÁ, K., 2016. *Sexting a kyberšikana*. Iris. 165 s. ISBN 9788081530616.
27. HRABAL, V., 2002. *Diagnostika: pedagogickopsychologická diagnostika žáka s úvodem do diagnostické aplikace statistiky*. Praha: Karolinum. 199 s. ISBN 8024603195.
28. HRDÁ, M., 2010. Kyberšikana se školy týká. *Moderní vyučování: časopis pro nové programy v českém základním školství*. č. 3, s. 47. ISSN 1211-6858.
29. HÝBNEROVÁ, J., 2012. Závislost na on-line prostředí. In: KRČMÁŘOVÁ, B., VACKOVÁ, K., HULANOVÁ, L. *Děti a on-line rizika*. Sdružení Linka Bezpečí s. 31 – 46. ISBN: 978-80-904920-3-5
30. IT – SLOVNÍK, 2020. *Trolling* [online]. [cit. 2020-03-14]. Dostupné z: <https://it-slovník.cz/pojem/trolling>
31. JAK NA INTERNET, 2020. *Ochrana dětí na internetu* [online]. [cit. 2020-03-14]. Dostupné z: <http://www.jaknainternet.cz/page/1700/zavislost-na-internetu/>
32. JEŽEK, V., JIRÁK J., 2014. *Média a my*. Praha: Akademie múzických umění. ISBN 978-80-7331-304-3.
33. JIRÁK, J., KÖPPLOVÁ, B., 2009. *Masová média*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-466-3.
34. JIROVSKÝ, V., 2007. *Kybernetická kriminalita: nejen o hackingu, crackingu, virech a trojských koních bez tajemství*. Praha: Grada. 284 s. ISBN 9788024715612.
35. KALINA, K., 2008. *Základy klinické adiktologie*. Praha: Grada. 392 s. EAN 24770109.

36. KAVALÍR, A., 2009. *Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele*. Plzeň: Člověk v tísni. 104 s. ISBN 978-80-86961-78-1.
37. KLAUSEN, J., MARKS, CH., ZAMAN, T., 2018. *Finding Extremists in Online Social Networks*. Institute for Operations Research and the Management Sciences Scholarly Journals. ISSN 0030364X.
38. KOHOUT, R., KARCHŇÁK, R., 2016. *Bezpečnost v online prostředí*. Biblio: Karlovy Vary. 68 s. ISBN 978-80-260-9543-9.
39. KOLÁŘ, M., 2011. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál. 336 s. ISBN 978-80-7367-871-5.
40. KOLÁŘ, Z., 2014. *Základní učebnice pedagogiky*. Praha: Grada. 248 s. ISBN 978-80-247-5039-2.
41. KOLOUCH, J., 2016. *CyberCrime*. Praha: CZ.NIC. 524 s. ISBN 978-80-88168-15-7.
42. KOPECKÝ, K., 2013. *Rizika internetové komunikace v teorii a praxi*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 188 s. ISBN 978-80-244-3571-8.
43. KOPECKÝ, K., 2015. *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 172 s. ISBN 978-80-244-4861-9.
44. KOPECKÝ, K., 2019. *Jste rodiče? A jste aktivní v prostředí internetu? Možná i vy provozujete sharenting* [online]. [cit. 2020-04-04]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rodicum-ucitelum-zakum/1405-jste-rodice-a-jste-aktivni-v-prostredi-internetu-mozna-i-vy-provozujete-sharenting>
45. KOPECKÝ, K., 2019. *Problém zvaný Tik Tok* [online]. [cit. 2020-03-08]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1403-problem-zvany-tik-tok>
46. KOPECKÝ, K., KOŽÍŠEK, M., 2014. *Výzkum rizikového chování českých dětí v prostředí internetu* [online] [cit. 2020-05-08]. Univerzita Palackého v Olomouci. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace. E-bezpečí. Dostupné z:

<https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/61-vyzkum-rizikoveho-chovaniceskych-deti-v-prostredi-internetu-2014-prezentace/file>

47. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., 2017. *Co dělat, když - intervence pedagoga: rizikové chování ve školním prostředí - rámcový koncept* [online]. [cit. 2020-03-08]. Olomouc: Centrum PRVoK PdF UP Olomouc) Dostupné z [https://www.zkola.cz/management/omsrlz/prevencerizchovani/Documents/P%C5%99%C3%ADloha\\_%C4%8D.7\\_Kyber%C5%A1ikana.pdf](https://www.zkola.cz/management/omsrlz/prevencerizchovani/Documents/P%C5%99%C3%ADloha_%C4%8D.7_Kyber%C5%A1ikana.pdf)
48. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., 2017. *Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru (výzkumná zpráva)* [online] [cit. 2020-05-08]. O2 Czech Republic & Univerzita Palackého v Olomouci. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace. E-Bezpečí. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/96-sexting-a-rizikove-seznamovani-2017/file>
49. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., 2018. *Rodič a rodičovství v digitální éře.* [online] [cit. 2020-05-08]. O2 Czech Republic & Univerzita Palackého v Olomouci. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace. E-bezpečí. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/107-rodic-a-rodicovstvi-v-digitalni-ere-2018/file>
50. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., 2019. *České děti v kybersvětě (výzkumná zpráva)* [online] [cit. 2020-05-08]. O2 Czech Republic & Univerzita Palackého v Olomouci. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-v-kybersvete/file>
51. KOWALSKI, R., LIMBER, S., 2007. *Electronic Bullying Among Middle School Students.* [online]. [cit. 2020-03-08]. Dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1054139X07003618>
52. KOŽÍŠEK, M., PÍSECKÝ, V., 2016. *Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online.* Praha: Grada. 176 s. ISBN 978-80-247-5595-3.
53. KRAUS, B., 2006. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století.* Brno: Paido. ISBN 80- 7315-125-1.

54. KRAUS, B., HRONCOVÁ, J., 2010. *Sociální patologie*. Vyd. 2. Hradec Králové: Gaudeamus. 50 s. ISBN 978-80-7435-080-1.
55. KRČMÁŘOVÁ, B., 2012. *Děti a online rizika*. Praha: Sdružení Linka bezpečí. 178 s. ISBN 978-80-904920-2-8.
56. KREJČÍ, V., 2010. *Kybernetická šikana* [online]. [cit. 2020-03-08]. ISBN 978-80-254-7791-5. Dostupné z: <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/materialy-pro-studium-studie-atd?download=14%3Akybersikana-studie>
57. KUMAR, A., 2019. *Multimedia Tools and Applications*. Department of Computer Science & Engineering, Delhi Technological University, Delhi, India. Springer Nature B.V: Scholarly Journals. ISSN 13807501.
58. KUNÁK, S., 2007. *Vybrané možnosti primárnej prevencie negatívnych vplyvov na deti a mládež*. Bratislava: IRIS. 148 s. ISBN 978-80-89256-10-5.
59. LINGEA, 2010. *Školní slovník českých synonym*. Brno: Lingea. 320 s. ISBN 978-80-87062-87-6.
60. LONDON SCHOOL OF ECONOMICS AND POLITICAL SCIENCE, 2020. *Preparing for a Digital Future* [online]. [cit. 2020-04-04]. Dostupné z: <http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/preparing-for-a-digital-future>
61. MÁCHAL, A., 2002. *Průvodce praktickou ekologickou výchovou: metodická příručka pro začínající učitele a pedagogické pracovníky středisek ekologické výchovy*. Brno: Rezekvítek. 205 s. ISBN 80-902954-0-1.
62. MARTÍNEK, Z., 2015. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. Praha: Grada. 192 s. ISBN 978-80-247-5309-6.
63. MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY, 2020. *Prevence* [online]. [cit. 2020-04-05]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/prevence>
64. MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY, 2020. *Strategie, koncepce, metodiky* [online]. [cit. 2020-04-05]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/dokumenty-13>

65. MIOVSKÝ, M., SKÁCELOVÁ, L., ZAPLETALOVÁ, J., NOVÁK, P., 2010. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN. 253 s. ISBN 978-80- 87258-47-7.
66. NÁRODNÍHO ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ, 2018. *Klima školy* [online]. [cit. 2020-03-14]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/ae/klima-skoly>
67. NEŠPOR, K., 2011. *Návykové chování a závislosti*. Praha: Grada. 4. vyd. 176 s. ISBN 978-80-262-0189-2.
68. NETOLISMUS, 2015. *Netolismus: Průvodce online závislosti* [online]. [cit. 2020-03-14]. Dostupné z: <https://www.netolismus.cz/>
69. NOVOTNÁ, M., KREMLIČKOVÁ, M., 1997. *Kapitoly ze speciální pedagogiky pro učitele*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. 115 s. ISBN 80-85937-60-3.
70. PANÁČEK, M., ŽIAKOVÁ, E., 2014. Kyberšikana-závažný sociálně patologický jev v současné populaci dospívajících v České republice a na Slovensku. *Sociální práce/ Sociálna práca*. roč. 14, č. 1, 79-95. ISSN 1213-6204.
71. PEŠATOVÁ, I., 2007. *Sociálně patologické jevy u dětí školního věku*. Liberec: Technická univerzita Liberec. 364 s. ISBN 97 8-80-7372-291-3.
72. PUNCH, K., F., 2015. *Úspěšný návrh výzkumu*. Portál. 232 s. ISBN 978-80-262-0980-5.
73. REICHEL, L., 2009. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Grada. 192 s. ISBN 978-80-247-3006-6.
74. ROGERS, V., 2011. *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*. Praha: Portál, 104 s. ISBN 978-80-7367-984-2.
75. ROTTOVÁ, N., a kol., 2009. *Kyberšikana a její prevence*. Plzeň: Člověk v tísni o.p.s. 104 s. ISBN 978-80-86961-78-1.
76. ŘÍČAN, P., JANOŠOVÁ, P., 2010. *Jak na šikanu*. Praha: Grada. 160 s. EAN 24783482.
77. SAK, P., 2007. *Člověk a vzdělávání v informační společnosti*. Praha: Portál. 296 s. ISBN 978-80-7367-230-0.

78. SEZNAM SE BEZPEČNĚ, 2014. *Seznam se bezpečně* [online]. [cit. 2020-03-14].  
Dostupné z: <https://www.seznamsebezpecne.cz/>
79. SHAPIRA, N., MCELROY, S., 2000. *Psychiatric features of individuals with problematic internet use* [online]. [cit. 2020-03-14]. Dostupné z:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/m/pubmed/10708842/>
80. SOCIOLOGICKÁ ENCYKLOPEDIÉ, 2018. *Problém sociální* [online]. [cit.2020-03-28]. Dostupné z:  
[https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Probl%C3%A9m\\_soci%C3%A1ln%C3%AD?fbclid=IwAR24nMGgLMxHZ4MnHuLZkI2VhkM8X-PEJCKRuDgX1ciNL3zmRzH\\_dH9-PH0](https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Probl%C3%A9m_soci%C3%A1ln%C3%AD?fbclid=IwAR24nMGgLMxHZ4MnHuLZkI2VhkM8X-PEJCKRuDgX1ciNL3zmRzH_dH9-PH0)
81. SPITZER, M., 2014. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host. 344 s. ISBN 978-80-7294-872-7.
82. SPRÁVCE DOMÉNY CZ, 2020. *Nebojte se internetu* [online]. [cit. 2020-03-08].  
Dostupné z: <https://www.nebojteseinternetu.cz/page/3396/socialni-site/>
83. STAŠOVÁ, L., SLANINOVÁ, G., JUNOVÁ, I., 2015. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec Králové: Gaudeamus. 212 s. ISBN 978-80-7435-567-7.
84. SULER, J., 2004. *The online disinhibition effect, CyberPsychology & Behaviour* [online]. [cit. 2020-03-08]. Mary Ann Liebert, Inc. 7 (3), 321-326 Dostupné z:  
[https://www.researchgate.net/publication/8451443\\_The\\_Online\\_Disinhibition\\_Effect](https://www.researchgate.net/publication/8451443_The_Online_Disinhibition_Effect)
85. SYMANTEC, 2017. *Cyberbullying: A conversation guide for parents and kids* [online]. [cit.2020-03-08]. Dostupné z:  
<http://now.symassets.com/content/dam/content/en-us/collaterals/ebook/norton-cyberbullying-guide.pdf>
86. ŠIKANA, 2020. *Společenství proti šikaně* [online]. [cit. 2020-03-15]. Dostupné z:  
<http://www.sikana.org/>
87. ŠMAHAJ, J., 2014. *Kyberšikana jako společenský problém*. Univerzita Palackého v Olomouci. 232 s. ISBN 978-80-244-4227-3.

88. ŠMAHEL, D., 2003. *Psychologie a internet*. Praha: Triton. 158 s. ISBN 978-80-725-4360-1.
89. ŠVESTKOVÁ, R., SOLDÁN, L. 2019. *Prevence kyberšikany a ochrana dětí před on-line hrozbami*. Dotační program Prevence kriminality pro rok 2019. Ministerstvo zdravotnictví ČR, projekt OKR/10/4112/2019.
90. ŠVESTKOVÁ, R., SOLDÁN, L., ŘEHKA, M. 2019. *Kyberšikana*. Jihočeská univerzita, Zdravotně sociální fakulta, České Budějovice. 81 s. ISBN 978-80-7394-752-1.
91. THE INSTITUTE OF ELECTRICAL AND ELECTRONICS ENGINEERS, 2018. *International Congress on Big Data, Deep Learning and Fighting Cyber Terrorism (IBIGDELFT)*. United States, Piscataway. 87 – 91 s. ID ProQuest 2170728286.
92. URBAN, L., 2011. *Sociologie trochu jinak*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3562-7.
93. VÁGNEROVÁ, M., 2004. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 3. vydání. Praha: Portál. 870 s. ISBN 80-717-8802-3.
94. VAŠUTOVÁ, M., 2010. *Proměny šikany ve světě nových médií*. Ostrava: Filozofická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě. ISBN 978-80-7368-858-5.
95. VICE, MOTHERBOARD, 2018. *TikTok, the App Super Popular With Kids, Has a Nudes Problem* [online] [cit. 2020-03-08]. Dostupné z: [https://motherboard.vice.com/en\\_us/article/j5zbx/tiktok-the-app-super-popular-with-kids-has-a-nudes-problem](https://motherboard.vice.com/en_us/article/j5zbx/tiktok-the-app-super-popular-with-kids-has-a-nudes-problem)
96. ZÁBRANSKÝ, T., 2003. *Drogová epidemiologie*. Univerzita Palackého: Lékařská fakulta. 95 s. ISBN 80-244-0709-4.

## **12 Seznam tabulek a obrázků**

**Tabulka č. 1** Group Statistics / H1

**Tabulka č. 2** Independent Samples Test / H1

**Tabulka č. 3** Group Statistics / H2

**Tabulka č. 4** Independent Samples Test / H2

**Tabulka č. 5** Correlations / H3

**Tabulka č. 6** Correlations / H4

**Tabulka č. 7** Correlations / H5

**Tabulka č. 8** Correlations / H6

**Tabulka č. 9** Zhodnocení rizika problematického užívání internetu

**Tabulka č. 10** Zdravé a patologické užívání internetu

**Obrázek č. 1** Informace o publikaci Kyberšikana

**Obrázek č. 2** Publikace Kyberšikana – titulní strana



## **13 Seznam příloh**

**Příloha č. 1** Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu

**Příloha č. 2** Zdravé a patologické užívání internetu

**Příloha č. 3** Slovník pojmů a kyberslang

**Příloha č. 4** Osnova preventivního výukového programu Kyberšikana

**Příloha č. 5** Osvědčení pro žáky

**Příloha č. 6** Hodnotící dotazník pro třídní učitele

**Příloha č. 7** Hodnotící dotazník pro školní metodiky prevence

**Příloha č. 1** Orientační test pro zhodnocení rizika problematického užívání internetu



Pohlaví: **chlapec/dívka**

Třída: \_\_\_\_\_

Věk: \_\_\_\_\_

**Instrukce k vyplnění: Odpověď ANO / NE zakroužkujte**

1. Když zrovna nejste on-line, přemýšlíte, co budete dělat, až se znovu k internetu připojíte? **ANO** **NE**
2. Je internet ve Vašem hodnotovém žebříčku na jednom z prvních třech míst? **ANO** **NE**
3. Zhorší se Vám nálada po tom, co se musíte odpojit od internetu? **ANO** **NE**
4. Zdá se Vám, že se hůř soustředíte, když nejste připojeni k internetu? **ANO** **NE**
5. Nezdá se Vám po odpojení od internetu svět značně neskutečný? **ANO** **NE**
6. Trávíte na internetu stále větší množství času? (z jiných než školních povinností) **ANO** **NE**
7. Potřebujete na internetu stále více času, abyste dosáhli toho, co chcete? **ANO** **NE**
8. Máte nepříjemné psychické či fyzické pocity po tom, co se z internetu odpojíte? **ANO** **NE**
9. Chtěli jste snížit čas, který trávíte on-line, ale nepodařilo se to? **ANO** **NE**
10. Myslíte, že se kvůli internetu vídáte méně s přáteli? **ANO** **NE**
11. I přes problémy, které jste měli kvůli používání internetu, jste on-line v nezmenšené míře? **ANO** **NE**
12. Omezili jste kvůli internetu nějaké své zájmy – sportovní, kulturní, rekreační? **ANO** **NE**
13. Měli jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých rodinných či školních povinností? **ANO** **NE**

Děkuji za vyplnění dotazníku.

(Zdroj: Šmahel, 2003)

## Příloha č. 2 Zdravé a patologické užívání internetu



Pohlaví: **chlapec/dívka**

Třída: \_\_\_\_\_

Věk: \_\_\_\_\_

### **Instrukce k vyplnění: Odpověď ANO / NE zakroužkujte**

1. Zanedbáváte kvůli internetu důležité věci ve svém životě? **ANO** **NE**
2. Narušuje internet vztahy s významnými lidmi Vašeho života? **ANO** **NE**
3. Bráníte se nebo jste rozrušeni, když někdo kritizuje Váš internetový život? **ANO** **NE**
4. Vyčetl Vám někdo, na jehož názoru Vám záleží, Váš internetový život? **ANO** **NE**
5. Cítíte úzkost, když nejste delší dobu připojeni na internet? **ANO** **NE**
6. Zjistili jste někdy, že před ostatními skrýváte svůj internetový život? **ANO** **NE**
7. Zkusili jste s tím někdy přestat, ale nešlo to? **ANO** **NE**
8. Je nějaká jiná skrytá příčina, kvůli které trávíte na internetu tolik času? **ANO** **NE**

Děkuji za vyplnění dotazníku.

(Zdroj: Suler, 2004)

**Příloha č. 3** Slovník pojmů a kyberslang

<b>Zkratka</b>	<b>Anglický význam</b>	<b>Český překlad</b>
143	I love you	Miluju Tě
53X	Sex	Sex
AIR/PIR	Adult in room/Parent in room	Dospělý v místnosti/Rodič v místnosti
ASAP	As soon as possible	Co nejdříve
ASL	Age, sex, location	Věk, pohlaví, bydliště
ASLP	Age, sex, location, picture	Věk, pohlaví, bydliště, fotografie
BFF	Best friend forever	Nejvíce největší kamarád(ka)
BOB	Back off bastard	Neplet' se do toho haj*le
BRB	Be right back	Hned jsem zpátky
BTW	By the way	Mimochodem
CD9	Code nine, parents around	Kód 9, rodiče se blíží
DIAF	Die in a fire	Zhebni v ohni
DM	Direct message	Přímá zpráva
DMMGH	Don't make me get hostile	Nedělej si ze mě nepřítele
EOM	End of message	Konec zprávy
FOAD	F*ck off and die	Jdi do p*dele a chcípni!
FYI	For your information	Pro Tvou informaci
GAL	Get a life	Vzpamatuj se
GEEZ	Geez(us)	Ježíši!
GNOC	Get naked on camera	Svlékni se před kamerou
IRL	In real life	Ve skutečnosti
KPC	Keeping parents clueless	Udržet rodiče v nevědomosti
LMIRL	Let's meet in real life	Pojd' se potkat osobně, „naživo“
LOL	Laughing out loud	Směju se nahlas
NOOB	Newbie	Nováček, člověk bez zkušeností
PAW	Parents are watching	Rodiče se dívají

POS	Parents over shoulder	Rodiče mi koukají přes rameno
ROFL	Rolling on the floor laughing	Válím se smíchy po zemi
SUGARPIC	Suggestive or erotic photo of self	Vlastní lechtivá/erotická fotka
SUP	What's up	Jak to jde
TAW	Teachers are watching	Učitelé se dívají
UMFRIEND	„Intimate“ partners	Důvěrný/intimní partner
ZERG	To gang up on someone	Paktovat/spolčit se s někým

(Zdroj: Symantec in Švestková et al., 2019)

#### Příloha č. 4 Osnova preventivního výukového programu Kyberšikana

<b>Anotace:</b> Cílem preventivního programu Kyberšikana je seznámit žáky druhého stupně základní školy s rizikem kybernetické šikany, efektivní prevencí, zmapovat u žáků jejich názor na kyberšikana a uvést informace na pravou míru této problematiky. Dále zjistit, zda mají sami žáci zkušenosti s kyberšikanou, předat žákům informace o správném řešení této problematiky a v poslední části ověřit, zda žáci nejsou vystaveni kyberšikaně pomocí internetu či mobilního telefonu. První část je spíše informativní, komunikativní a druhá část je zaměřena na tvoření myšlenkových map, na které mají žáci dostatek času, poté jejich samotná prezentace jednotlivých myšlenek. Dostatek času je také vymezen na dotazníkové šetření, kde žáci odpovídají na zejména uzavřené otázky týkající se závislosti na internetu, spojené s vyhodnocením.	
<b>Klíčové pojmy:</b> prevence, kyberšikana, sociální sítě, internet, výukový program	
<b>Personální zajištění:</b> členové realizačního týmu: Bc. Ladislav Soldán	
<b>Počet účastníků (max.):</b> školní třída – žáci druhého stupně ZŠ, max 30 žáků	
<b>Očekávané cíle:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• seznámit malé studenty s rizikem kyberšikany</li><li>• zmapovat informace žáků a uvést informace této problematiky na pravou míru</li><li>• zjistit, zda mají žáci zkušenosti s kyberšikanou</li><li>• získat nové informace pro svůj osobní a virtuální život v této problematice</li><li>• zjistit, jak se účinně chránit před kybernetickými útoky</li><li>• vytvořit myšlenkovou mapu, které vede ke srovnání myšlenek dané problematiky.</li></ul>
<b>Obsah programu</b>	<ol style="list-style-type: none"><li><b>1. Základní informace</b> Rozdíl mezi kyberšikanou a šikanou Co je to kyberšikana Možnosti a způsoby kyberšikany</li><li><b>2. Sociální sítě a aplikace – na co si dávat pozor?</b> Rozdělení sociálních sítí Fakta o sociálních sítích Fake news, Hoax</li><li><b>3. Konkrétní případy a zkušenosti s kyberšikanou</b></li><li><b>4. Nástrahy informačních a komunikačních technologií</b></li></ol>

	<p>Digitální stopa + video</p> <p>Kyberšikana v číslech (statistika)</p> <p>Kyberšikana pomocí SMS</p> <p>Projevy kyberšikany</p> <p>Následky kyberšikany</p> <p>Dotazníkové šetření</p> <p><b>5. Desatero bezpečného používání internetu</b></p> <p><b>6. Východiska pro pomoc</b></p> <p>Na koho se obrátit</p> <p>Důležitá telefonní čísla</p> <p>Linka bezpečí</p> <p><b>7. ZÁVĚREČNÉ VIDEO</b> (Amanda Todd)</p> <p><b>Myšlenkové mapy</b></p> <p><b>8. ZÁVĚR, ZHODNOCENÍ</b></p> <p><b>9. PŘEDÁNÍ CERTIFIKÁTŮ O ABSOLVOVÁNÍ</b></p> <p><b>10. EVALVAČNÍ DOTAZNÍK pro žáka, třídního učitele a školního metodika prevence</b></p>
<b>Čas:</b>	2x45 minut
<b>Prostředí:</b>	Školní třída
<b>Metody:</b>	brainstorming; slovní – vysvětlování, instruktáž; dovednostně – praktické; práce s obrazem (prezentace v PowerPointu), vizuální – videa, tvoření myšlenkových map
<b>Pomůcky:</b>	Fixy, pastelky, flip chart, lepky (jmenovky), samolepky (barevné tečky), dotazníky, PowerPoint prezentace, interaktivní tabule či dataprojektor s počítačem.
<b>Metodický postup:</b>	
<p><b>Úvod</b></p> <p><b>1. část programu</b></p> <p>Seznámení se s danou problematikou, sociální sítě, konkrétní případy a zkušenosti s kyberšikanou (metoda brainstorming), nástrahy informačních komunikačních technologií, vizuální a interaktivní část programu.</p>	

Žáci se dozvědí o těchto aktuálních oblastech: digitální stopa (vizuální), kyberšikana v číslech (statistika), kyberšikana pomocí SMS či internetových zpráv (vlastní zkušenosti), jaké mohou být důvody kyberšikany, kdo může být agresor, projevy kyberšikany, následky kyberšikany.

Poté bude následovat desatero bezpečného používání internetu a východiska pro pomoc (na koho se obrátit, důležitá telefonní čísla, linka bezpečí).

**2. část programu** – obsahuje závěrečné video reálné oběti kybernetické šikany – Amanda Todd (vizuální metoda), závěrečné dotazníkové šetření – rizika internetu, tvorba myšlenkových map s následnou prezentací ve skupinkách.

**Závěr a zhodnocení, předání certifikátů.**

(Zdroj: Projekt OKR/10/4112/2019, Vlastní výzkum, 2020)





# OSVĚDČENÍ

## O ABSOLVOVÁNÍ PREVENTIVNÍHO PROGRAMU

### „Kyberšikana“

.....  
jméno a příjmení

.....  
školitel

.....  
datum

**Hodnotící dotazník-výukový program Kyberšikana ZSF JU**

---



**Rok:**

**Pozice: třídní učitel**

**Pohlaví: muž / žena**

---

- Za účelem vyhodnocení kvality proběhlé vzdělávací akce Vás prosíme o její zhodnocení. Vyplněním a zodpovězením následujících otázek přispějete k zachování a případně i ke zlepšení odborné úrovně vzdělávání.
- Prosíme o zakroužkování jedné z možností na škále 1-4.

**1. Byl (z Vašeho úhlu pohledu) výukový program Kyberšikana dostatečně obsáhlý?**

1 – zcela vyhovující    2 – vyhovující    3 – dostatečné    4 – nedostatečné

**2. Splnil výukový program Kyberšikana Vaše očekávání?**

1 – ano    2 – spíše ano    3 – spíše ne    4 – ne

**3. Jak hodnotíte organizační zajištění výukového programu Kyberšikana ze strany ZSF JU?**

1 – zcela vyhovující    2 – vyhovující    3 – dostatečné    4 – nedostatečné

**4. Jak celkově hodnotíte srozumitelnost výkladu přednášejícího?**

1 – zcela vyhovující    2 – vyhovující    3 – dostatečné    4 – nedostatečné

**5. Domníváte se, že využijete to, co se děti dozvěděly v rámci výukového programu Kyberšikana, v další práci třídního učitele?**

1 – ano

2 – spíše ano

3 – spíše ne

4 – ne

**6. Uvítali byste pokračování vzdělávací akce na téma Kyberšikana u Vaší třídy?**

1 – ano

2 – spíše ano

3 – spíše ne

4 – ne

**7. Prostor pro Vaše náměty a komentáře.**

[Děkuji za vyplnění dotazníku.](#)

(Zdroj: Projekt OKR/10/4112/2019, Vlastní výzkum, 2020)

**Hodnotící dotazník-výukový program Kyberšikana ZSF JU**

---



**Rok:**

**Pozice: školní metodik prevence**

**Pohlaví: muž / žena**

---

- Za účelem vyhodnocení kvality proběhlé vzdělávací akce Vás prosíme o její zhodnocení. Vyplněním a zodpovězením následujících otázek přispějete k zachování a případně i ke zlepšení odborné úrovně vzdělávání.
- Prosíme o zakroužkování jedné z možností na škále 1-4.

**1. Byl (z Vašeho úhlu pohledu) výukový program Kyberšikana dostatečně obsáhlý?**

1 – zcela vyhovující    2 – vyhovující    3 – dostatečné    4 – nedostatečné

**2. Splnil výukový program Kyberšikana Vaše očekávání?**

1 – ano    2 – spíše ano    3 – spíše ne    4 – ne

*V případě, že jste odpověděli na předchozí otázku 1 a 2 záporně (odpověď 3 a 4), napište prosím, na co by se řešitelé projektu měli zaměřit (prosím, napište vše, co Vás napadne).*

**3. Jak hodnotíte organizační zajištění výukového programu Kyberšikana ze strany ZSF JU?**

1 – zcela vyhovující    2 – vyhovující    3 – dostatečné    4 – nedostatečné

**4. Jak celkově hodnotíte srozumitelnost výkladu přednášejícího?**

1 – zcela vyhovující    2 – vyhovující    3 – dostatečné    4 – nedostatečné

**5. Domníváte se, že využijete to, co se děti dozvěděly v rámci výukového programu Kyberšikana, v další práci školního metodika prevence?**

1 – ano    2 – spíše ano    3 – spíše ne    4 – ne

**6. Uvítali byste pokračování vzdělávací akce na téma Kyberšikana na Vaší škole?**

1 – ano    2 – spíše ano    3 – spíše ne    4 – ne

*V případě, že jste odpověděli na předchozí otázku 6 kladně (odpověď 1 a 2), napište prosím, na co by se řešitelé projektu měli zaměřit (prosím napište vše, co Vás napadne).*

**7. Prostor pro Vaše náměty a komentáře.**

Děkuji za vyplnění dotazníku.

(Zdroj: Projekt OKR/10/4112/2019, Vlastní výzkum, 2020)