



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Sciences

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

**Prevence kyberšikany u žáků druhého stupně  
základní školy**

## **BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

Studijní program:

**REHABILITACE**

**Autor:** Ladislav Soldán

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

České Budějovice 2018

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci s názvem „*Prevence kyberšikany u 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 bakalářské 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 bakalářské práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé bakalářské práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 3. 5. 2018

.....

Ladislav Soldán

## **Poděkování**

Na tomto místě bych rád poděkoval Mgr. Ing. Renatě Švestkové, Ph.D. za odborné vedení mé práce a cenné rady během jejího vypracování. Mé poděkování patří také školskému zařízení XY za umožnění získání údajů potřebných pro vypracování empirické části práce a umožnění provedení preventivních výukových programů.

## Prevence kyberšikany u žáků druhého stupně základní školy

### Abstrakt

Tato práce se zabývá prevencí kyberšikany na vybrané základní škole XY. V práci byly stanoveny čtyři cíle, z nichž první zní „Seznámit žáky s rizikem kyberšikany a její prevencí“, druhý „Zmapovat u žáků jejich názor na kyberšikanu a uvést informace na pravou míru této problematiky“. Třetí cíl „Zjistit, zda mají sami žáci zkušenosti s kyberšikanou, předat žákům informace o správném řešení této problematiky“ čtvrtý a zároveň poslední „Ověřit, zda žáci nejsou vystaveni kyberšikaně pomocí internetu nebo mobilního telefonu“.

Práce je složena z teoretické a výzkumné části. Teoretická část je rozdělena do 4 kapitol. První kapitola se zabývá současným pohledem odborníků na možnou prevenci rizikového chování. Ve druhé kapitole nastiňují kyberšikanu, kterou charakterizují ve smyslu rizikových faktorů, projevů, typů kyberagresorů, způsobů a typů útoku, dělení sociálních sítí, dopadů a správného zachování se při setkání s kyberšikanou. Ve třetí kapitole popisují specifiku kyberšikany ve školním prostředí. Čtvrtá kapitola se zabývá možnostmi uplatnění preventivního výukového programu v oblasti kyberšikany.

Empirická část se věnuje již samotnému seznámení žáků s rizikem kyberšikany včetně její prevence a zmapování jejich názoru včetně uvedení informací na pravou míru. Hlavní výzkumné otázky znějí: „Znají žáci, co je to kyberšikana a jaké jsou její projevy?“, „Mají žáci představu o tom, jak se sami na internetu ohrožují?“, „Vědí žáci, jak se správně zachovat při kyberšikaně?“ a „Byl některý žák ohrožen kyberagresorem?“. Výsledky výzkumu poukázaly na nutnost vzdělávání jak v povinné přípravě nutné k výkonu povolání, tak i k dalšímu povinnému vzdělávání. Pozornost by měla být věnována také oblasti duševní hygieny. Výsledky práce byly zpracovány do vytvoření preventivního výukového programu „Kyberšikana“, jež byl využit v rámci primární prevence na základní škole XY. Výsledky zpracované do preventivního programu mohou vést k akreditaci vzdělávací akce v rámci Systému dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků s cílem vést k osvojení znalostí a dovedností k provádění primární prevence v rámci výuky.

**Klíčová slova**

kyberšikana; šikana; preventivní program; primární prevence; dospívající; sociální síť

# **Prevention of cyberbullying among pupils at the second stage of primary school**

## **Abstract**

This thesis deals with the prevention of cyberbullying at selected elementary school XY. Four objectives were set out in the thesis, the first one is "To introduce students to the risk of cyberbullying and its prevention" and the second one "To map their students' views of cyberbullying and to provide information to the extent of this issue." The third objective is "To find out whether the pupils themselves have the experience of cyberbullying, give the pupils information about the right solution to this issue" fourth and the last one "Verify if pupils are exposed to cyberbullying via the internet or mobile phone".

The thesis is composed of a theoretical and a research part. The theoretical part is divided into 4 chapters. The first chapter deals with the current view of experts on possible prevention of risky behaviour. In the second chapter, I outline cyberbullying, which I characterize in terms of risk factors, manifestations, types of cyber-aggressions, ways and types of attack, division of social networks, impacts and proper behaviour while meeting with cyberbullying.

In the third chapter I describe the specifics of cyberbullies in the school environment. The fourth chapter deals with the possibility of using a preventative program in the area of cyberbullying.

The empirical part is focused on introducing students to the risk of cyberbullying, including its prevention, and mapping their opinions, including the right information. The main research questions are: "Do pupils know what a cyberbullying is and what are its symptoms?", "Do students have an idea of how they are threatening themselves on the Internet?", "Do pupils know how to properly behave in cybersquatting?" "Has any pupil been threatened by a cyberaggressor?". The research results highlighted the need for both education as the mandatory training required both the job, and the next compulsory education. Attention should also be paid to areas of mental hygiene. The results of the thesis were elaborated into the creation of the preventive educational program "Kyberšikana" ("Cyberbullying"), which was used as part of the primary

prevention at elementary school XY. The results included in the preventive program may lead to accreditation of an educational event within the System of Further Education of Educational Workers in order to lead to the acquisition of knowledge and skills to implement primary prevention within the framework of teaching.

**Keywords**

cyberbullying; bullying; preventive program; primary prevention; teenager; social networks

## **OBSAH**

Úvod.....	10
<b>1 Prevence rizikového chování.....</b>	<b>12</b>
<b>2 Kyberšikana .....</b>	<b>14</b>
2.1 Rizikové faktory kyberšikany .....	15
2.2 Projevy kyberšikany .....	16
2.3 Typy kyberagresorů .....	16
2.4 Charakteristické rysy kybernetické šikany .....	17
2.5 Způsoby a typy kyberútoků .....	19
2.7 Rozdělení sociálních sítí .....	21
2.8 Dopady kyberšikany .....	21
2.9 Jak se správně zachovat, pokud se dostanu do styku s kyberagresorem .....	22
<b>3 Kyberšikana a její prevence ve školním prostředí .....</b>	<b>24</b>
3.1 Legislativní ukotvení primární prevence na základní škole .....	24
3.2 Systém prevence na základních školách .....	25
<b>4 Programy primární prevence .....</b>	<b>26</b>
<b>5 Cíle práce a výzkumné otázky .....</b>	<b>29</b>
5.1 Cíle práce .....	29
5.2 Výzkumné otázky .....	29
<b>6 Operacionalizace pojmů .....</b>	<b>30</b>
<b>7 Metodika .....</b>	<b>31</b>
7.1 Výzkumná strategie .....	31
7.2 Etika výzkumu .....	31
7.3 Příprava pro uskutečnění preventivního výukového programu „Kyberšikana“ ...	32
7.4 Popis výzkumných nástrojů .....	32
7.5 Předvýzkum .....	33
7.6 Výběr a popis výzkumného souboru .....	33
<b>8 Výsledky.....</b>	<b>35</b>
8.1 Vlastní realizace Preventivního výukového programu „Kyberšikana“ .....	35
8.2 Myšlenkové mapy.....	37
8.2.1 Třída 6.C.....	38
8.2.2 Třída 7.A.....	38



8.2.3 Třída 7.B .....	38
8.2.4 Třída 7.C .....	39
8.3 Dotazníky .....	42
<b>9 Diskuse</b> .....	47
Závěr .....	53
Seznam použitých zdrojů .....	56

## Úvod

Stále častěji se setkáváme v naší společnosti s osobami, které prošly novodobou formou šikany, jež je označována jako kyberšikana. Jedná se o fenomén dnešní doby plné techniky a nových technologických vymožeností, které nám v mnohých oblastech usnadnily život, avšak přináší s sebou také sociálně patologická rizika. Protože sám rád používám moderní technologie, zajímalo mě, jaká rizika dnes hrozí dětem a mladým osobám v kyberprostoru. Jsem přesvědčen, že prioritou v oblasti prevence je dnes nutnost předání základních znalostí a dovedností dětem a mladým osobám, aby byli schopni ochránit svou identitu v kyberprostoru.

Prevence kyberšikany je pro řadu školských zařízení velmi ožehavé téma, které je nutné řešit včas. Právě prevence totiž přímo ovlivňuje výskyt sociálně-patologických fenoménů spojených s ICT ve školním prostředí, a to mnohým preventistům působícím v této oblasti bohužel, dle mého, mínění nedochází. Řada školských zařízení bohužel prevenci řeší v situaci, kdy ve škole již reálná kyberšikana (či jiné fenomény spojené s ICT) probíhá a je obtížné ji zastavit nebo již proběhla. V prevenci spojené s internetovými technologiemi je třeba upozornit na to, že internet sám o sobě není nic špatného. Internet má celou řadu pozitiv, bez internetu si život ve společnosti 21. století již nedovedeme představit. Internet a jeho služby jsou pouhými nástroji, skutečný problém představují teprve uživatelé internetu.

Pro primární prevenci realizovanou formou edukace ve školním prostředí (ať již realizovanou pracovníky školy či externími subjekty) existuje celá řada alternativních preventivně – vzdělávacích aktivit. Jednou z nich mohou být výukové programy, které často úspěšně využívají při prevenci i nápravě sociálně patologických i přidružených zdravotních problémů vlivu předem odborně informovaných specialistů v dané oblasti.

Dle výzkumu Rizikového chování českých dětí v prostředí internetu (Seznamsebezpečně.cz, © 2013) se 50,62 % dětí setkalo s některým z projevů kyberšikany. Nejčastěji s verbálními útoky, vydíráním, prozváněním, ztrapňováním šířením videa, audia, fotografií nebo průnikem na účet.

Mám za to, že je velmi důležité tuto problematiku řešit a zabývat se její prevencí. Jednou z možností, která se mi jeví jako zajímavá, je v oblasti prevence využít formu

preventivních programů. Neboť učitelé často neznají moderní technologie nebo je ani zdaleka neumějí tak aktivně využívat jako dnešní děti, na které mají výchovně působit.

Děti v současné době bohužel mají s kyberšikanou bohaté zkušenosti, například na sociálních sítích, herních serverech či hudebních kanálech. Děti, které se s kyberšikanou setkaly, si nesou následky téměř celý svůj život, a to zejména v oblasti sociální a psychické. Nejčastěji to mohou být úzkosti, deprese nebo neurotická traumata. Není neobvyklé, že některé dlouhodobě kyberšikanované děti tento tlak neunesou a ukončí svůj život sebevraždou často již v útlém věku.

## 1 Prevence rizikového chování

Kalina a kol. (2003) uvádí, že pojem „prevence“ původem z latiny představuje opatření učinění předem, včasnou obranu či ochranu, která se dále dělí na všeobecnou prevenci (určena celé populaci, např. všem dospívajícím v určité oblasti) a selektivní prevenci (cílová skupina děti a dospívající se zvýšenými rizikem). Autoři dále uvádějí, že to mohou být např. děti s poruchami koncentrace pozornosti, s hyperaktivitou, poruchami chování, děti s chronickým bolestivým onemocněním, s duševními problémy atd. Jako třetí typ prevence Kalina a kol. (2003) uvádí, že indikovaná prevence je určena těm dětem a dospívajícím, u kterých není možné diagnostikovat závislost, užívání návykových látek či kyberšikany, ale kteří vykazují varovné známky tohoto patologického jevu.

Pešatová (2007, s. 90) charakterizuje prevenci jako *souhrn veškerých konkrétních aktivit realizovaných s cílem předejít problémům a následkům spojených se sociálně patologickými jevy, případně minimalizovat jejich dopad a zemnit rozšíření*. Kolář (2014) doplňuje, že prevenci lze dělit na primární, sekundární a terciální.

Primární prevence je dle Miovského (2010): souborem intervencí, jejichž cílem je zamezit či snížit výskyt a šíření rizikového chování u osob, kde se ještě rizikové chování nevyskytlo. Zaměřuje se na výchovu ke zdravému životnímu stylu, rozvoj pozitivního sociálního chování, psychosociálních dovedností a zvládání zátěžových situací. Nesmíme dále zapomenout, že primární prevenci ještě můžeme dělit na specifickou a nespecifickou. Nespecifickou primární prevenci dle Miovského (2010) rozumíme aktivity a programy zaměřující se na rozvoj zdravého životního stylu a sociálních kompetencí. Specifickou primární prevencí se pak rozumí programy zaměřené na předcházení přímo danému konkrétnímu rizikovému chování (Miovský, 2010).

Sekundární prevencí rozumíme dle Kunáka (2007) včasné rozpoznání případných sociálních problémů, které již vznikly a za pomoci odborné léčby se zamezí negativním dopadům.

Terciální prevenci pak Miovský (2010) uvádí jako prevenci zaměřenou na zdravotní a sociální dopady na osobách, které vznikly v důsledku rizikového chování.

Velmi důležité je školní prostředí a klima pro žáky na základní škole. Také je důležité zmínit, že celé prostředí školy ovlivňuje její klima (NUOV, 2012). Školní prostředí ovlivňuje individuálně každého žáka školy, má vliv na sociální chování žáků, motivace na jejich výkon, průběh učení i na učební výsledky každého žáka (NUOV, 2012). Rovněž důležitý je status třídy, tzn. počet žáků úspěšných vs. počet žáků neúspěšných. NUOV (2012) dále uvádí, že dobré školní prostředí prospívá nejen žákům, ale i psychickému rozpoložení učitelů a vedení školy. Prostředí představuje objektivní realitu, která se odráží v celkovém subjektivním vnímání a prožívání. Školní prostředí dělíme na ekologické, společenské, sociální a kulturní (NUOV, 2012).

- Ekologické klima tvoří materiální a estetické aspekty školy. Společenské klima tvoří jednotlivci i skupiny ve škole, to jsou žáci, ale i učitelé, rodiče a veškerý personál školy (NUOV, 2012).
- Sociální prostředí se soustředí hlavně na způsob komunikace, chování a vztahy mezi jednotlivci (NUOV, 2012).
- Jako poslední kulturní klima tvoří tradice, hodnoty a veřejné mínění. K tomu patří poznávací a hodnotící přístupy ve škole, odborné kompetence učitelů, které jsou aplikovány a požadovány po žácích základní školy (NUOV, 2012).

Kolář (2011) vyzdvihuje přínos prevence vytvořené Ministerstvem školství mládeže a tělovýchovy České republiky a Národního institutu dalšího vzdělávání ve smyslu 8 hodinového semináře pro ředitele škol v každém kraji, na který lze navázat 4 denním kurzem, který vede k získání kvalifikace odborníka na řešení školní šikany a kyberšikany první úrovně.

Miovský (2015) uvedl základní rozdělení rizikového chování do těchto jednotlivých kategorií: záškoláctví, šikana a extrémní projevy agrese, extrémně rizikové sporty a rizikové chování v dopravě, rasismus a xenofobii, negativní působení sekt, sexuální rizikové chování, závislostní chování (adiktologie).

Do kategorie rizikového chování mezi šikanu a extrémní projevy agrese řadíme také kyberšikanu, na kterou je tato práce zaměřena a podrobně se jí budu zabírat v následující kapitole.

## 2 Kyberšikana

Jedním z nejdůležitějších znaků kyberšikany je anonymní jednání, agresor má strach, že se někdo dozví jeho identitu (Černá, 2013). Toto chování je protizákonné a hrozí za něj trest odnětí svobody, to ale neznamená, že pokud agresor jedná na internetu pod přezdívkou, cizím jménem nebo nějakým nickem<sup>1</sup>, nemůžeme najít jeho pravé jméno například pomocí IP adresy (Černá, 2013). Dnešní doba je již natolik vyspělá, že lze najít opravdu vše a za poměrně krátkou dobu (Černá, 2013).

Bučilová a kol. (2010) uvádí, že kyberšikana jako taková je zkoumána přibližně od začátku nového tisíciletí, intenzivní pozornost jí tedy začala být věnována nedávno. Kyberšikana je závažný jev, který si jistě zaslouží pozornost a adekvátní řešení (Bučilová a kol., 2010).

Rogers (2011) uvádí, že prvotním znakem kyberšikany je jednorázové, dlouhodobé či se stupňující a hlavně úmyslné užívání psychického šikanování proti jednotlivci nebo skupině za pomoci nejrůznějších moderních informačních a komunikačních technologií. Útočníkem může být téměř kdokoli. Útočníka tak nelze jednoznačně identifikovat jako u případů klasické jednotvárné šikany. Agresorem může být i taková osoba, která byla v minulosti obětí šikany. Většinou není pravidlem psychická ani fyzická převaha. Proto z těchto důvodů bývá bohužel také mnohem složitější jeho následné dopadení příslušným orgánem státu. Cílem kyberšikany je ublížit nebo ubližovat někomu nejen fyzicky, ale hlavně po stránce psychické. Kyberšikana dokonce začíná v mnoha případech jako šikana a končí formou kyberšikany, kde agresor využije různé technologie pro šíření fotek, videí a zastrašení pomocí informačních technologií – internetu či mobilního telefonu.

Dle Bučilové a kol. (2010) lze formy kyberšikany v podstatě rozdělit do dvou podoblastí:

- První jsou její jednotlivé projevy, tedy konkrétní způsoby, jakými k agresivnímu chování dochází.

---

<sup>1</sup> Ve světě internetu se jako nick označuje přezdívkou, kterou si uživatel nechává říkat ve virtuálním světě. Obecně se používá v internetových diskuzích, chatech a komunikačních programech. S nickem se setkáte i na webových stránkách, kde se díky kombinaci nicku a hesla můžete dostat ke svému vytvořenému účtu.

- Druhou podoblastí pak jsou místa na internetu či v mobilním telefonu, kde ke kyberšikaně dochází, což souvisí s prostředky použitými k její realizaci.

Jedním z nejčastějších důvodů pro kyberšikanu je odplata, oběti tradiční šikany mohou hledat způsob, jak se agresorovi z off-line reality pomstít způsobem, který zajistí anonymitu, čímž znemožní další odplatu ze strany agresora (Bučilová a kol., 2010).

## 2.1 Rizikové faktory kyberšikany

V oblasti primární prevence kyberšikany lze využít klasifikace rizikových faktorů podle Kopeckého a Szotkowského (2017):

- Individuální faktory** – jedná se o pohlaví jedince, temperament, poruchy emočnosti a chování, úzkostlivé a depresivní stavy jedince, zvýšenou impulsivitu, deficity v sociálních oblastech, hostilitu nebo agresi, fyzické i psychické násilí, snížené sebevědomí jedince, traumatické a negativní životní události jedince, problémy ve škole, problémy se zákonem.
- Rodinné faktory** – sem řadíme nejčastěji dysfunkční rodiny, zhoršené vazby s rodiči, často neuchopené pouto mezi rodičem a dítětem, nedostatek rodičovské kontroly a dohledu, sníženou rodičovskou podporu vůči dítěti, nedostatečný zájem ze strany rodičů, absence pravidel při používání informačních technologií, nesprávnou výchovu, asociální rodiny, nezaměstnanost rodičů, vážné konflikty v rodině.
- Vrstevnické vztahy** – v této kategorii zmiňuje klasickou šikanu, špatné vztahy s vrstevníky, spojeny s vrstevnickým nátlakem, přítomnost ve skupině s rizikovým chováním, odmítnutí a vyloučení z vrstevnické skupiny, třídy či jiné oblasti.
- Školní faktory** – především nepřístupné a nezdravé školní klima, snížené očekávání pedagogů (deformace), špatné školní podmínky a vztahy mezi učitelem a žákem, ne vždy efektivní školní preventivní programy (neúčinné).
- Komunita a společenství** – nízká kvalita organizací pro mládež a vrstevníky, ztráta ekonomických a vzdělávacích záležitostí, nedostatečná nabídka volnočasových aktivit pro jedince v daném regionu.

## 2.2 Projevy kyberšikany

Dle Černé (2013) se jedná o sdílené fotky a videa šířící se obrovskou rychlostí na sociálních sítích. Mezi nejznámější řadíme: Facebook, Twitter, Skype a další komunikační sítě, kde se přihlásí miliony uživatelů denně. Autorka varuje před tím, že právě tyto stránky využívají ve velké většině mladiství a děti, každý sdílený obsah, informace mohou uživatelé dále předat, poslat dalším osobám. Velký problém je ten, že je kyberšikana těžko zjištělná rodiči nebo učiteli (Černá, 2013).

Rogers (2011) připomíná, že dítě nemá žádné viditelné znaky násilí jako u šikany fyzické. Autor dále uvádí, že v některých případech si útočník ani nemusí uvědomit, že se jeho chování považuje za kyberšikanu, protože stačí totiž opakovaně, úmyslně a bez rozvážení zasílat a zveřejňovat obsah, který je hlavně zveřejněný bez souhlasu majitele. Útočník si může myslet, že se jedná o pouhý a opakovaný vtíp z jeho strany a poškození se může, ale nemusí opakovat, následky mohou být ale velmi razantní (Rogers, 2011).

## 2.3 Typy kyberagresorů

Rozdělení dle Kavalíra (2009), kde autor popisuje typy agresorů, které jsou stupňovány jednotlivě dle závažnosti:

- a) **Vtípaček** – kyberagresor, který na základě nepovedeného a neúměrné legrace zakládá a upravuje prostředky (fotky, videa) svých kamarádů či spolužáků, ale neuvědomí si, že to může danému člověku velmi ublížit po psychické stránce.
- b) **Neúmyslný kyberagresor** – často má skrytou identitu, působí jako velmi silný jedinec ale je to tím, že jedná pod velkým vztekem a bez přemýšlení nad následky, když je pak tento kyberagresor obviněn, bývá velmi často překvapen, protože si své neprávnické jednání ani sám neuvědomuje.
- c) **Pomstychtivý andílek** – typ agresora, který má velmi dobré zkušenosti s kyberšikanou, on sám nebo někdo z jeho blízkých se stal obětí kyberšikany, tímto způsobem se člověk mstí a kompenzuje si svůj komplex. Má pocit, že to, co dělá, je účelné a správné.
- d) **Sprostá holka** – nejčastějším případem jde o děvče, které nemá velkou škálu zájmů a koníčků, tímto způsobem si hledá zábavu, důvodem jejího konání (kyberagrese)



je získání publika za účelem vysoké popularity mezi vrstevníky. Agresor se od tohoto činu oddálí ve chvíli, kdy začne opadat pozornost a zájem daného publika.

- e) **Bažící po moci** – tento typ znázorňuje nejzávažnějšího kyberagresora, jedná se o kyberagresora, který se snaží ovládat oběti prostřednictvím strachu a beznaděje. Kyberagresor dává najevo svoji autoritu, sílu a nebojácnost. Velmi často vyžaduje, aby ostatní dělali to, co on sám chce. Potřebuje své publikum za účelem někomu se předvést a dokázat, že je silný.

## 2.4 Charakteristické rysy kybernetické šikany

### a) **Anonymní chování**

Rottová (2009) ve své knize uvádí že, útočník má skrytou svou pravou identitu pod falešným profilem (nickem). Žádný problém pro agresora není ani změna identity. Pro oběť je ale nemožné dohledat původ skutečného pachatele, kterého může, ale také nemusí ve skutečnosti znát osobně.

### b) **Ve kterémkoliv čase**

Kyberagresor se především fyzicky nenachází na tom samém místě jako oběť. Útoky mohou tedy nastat kdykoliv – ve dne či v noci. Na rozdíl od klasické šikany nelze předpokládat, kdy a kde dojde k útoku (např. ve škole, na hřišti nebo doma). Přičemž kyberšikana se může odehrávat ve kterýkoli čas a na jakémkoliv místě. Dokonce i pouze za přítomnosti technologií a za pomoci internetového připojení (Vágnerová, 2009).

### c) **Profil útočníka a oběti**

Ve virtuální realitě nezáleží na tom, kolik je nám let, jaké máme pohlaví, jak jsme fyzicky zdatní a také jaké máme sociální postavení ve skupině (partě či ve třídě), ani na tom, jako moc je útočník nebo oběť ve společnosti úspěšný. Tvůrcem kyberšikany se může stát každý, kdo má znalosti v informačních a komunikačních technologiích, tudíž i fyzicky slabý člověk (Hartlová, 2010).

### d) **Ve virtuálním prostředí se lidé chovají jinak než ve skutečné realitě**

Kyberagresoři mohou ve virtuální realitě uvádět odlišný věk, jiné pohlaví a povolání za účelem úmyslně ovlivňovat ty jedince, se kterými v danou chvíli komunikují ve virtuálním světě internetu. Jedinci se ve virtuálním světě chovají méně opatrně než ve světě reálném (jsou odvážnější v různorodé komunikaci – probírají soukromá témata

a často komunikují bez zábrán a bez přemýšlení nad následky. Velmi často zkoušejí i to, co se v realitě neodvážejí uskutečnit – nejčastěji vyhrožovat a vydírat jiné osoby.). Ve světě internetu je pak velmi snadné poznat někoho, komunikovat s ním o čem budu chtít a jak dlouho budu chtít. Z nevydařených reálných vztahů (partnerských či přátelských) si pak jedinec může své neúspěchy kompenzovat právě na internetu. Jedinec se tak začleňuje k rizikové skupině, ze které se ve většině případů stávají oběti kyberšikany (Rottová, 2009).

**e) Pobavení pro široké okolí a velké množství lidí, kteří využívají internet**

Internetový prostor umožňuje přístup velkému množství uživatelů. Ti mohou být pouhými diváky nebo se mohou přidat na stranu agresora. Na základě celosvětové virtuální sítě (např. Facebook) vzniká obrovské publikum, do kterého může patřit kdokoliv, kdo je uživatelem konkrétní internetové stránky. Nástroje kyberšikany, kterými jsou např. fotky, videa, zprávy lze velmi snadno dále rozesílat mezi další uživatele. Často oběť nemusí být útočníkem ani opakovaně napadána. Stačí, když publikuje v internetovém prostoru citlivé informace nebo jiná média. Ostatní uživatelé internetu se poté postarají o jejich další rozšíření. Takzvané virtuální „publikum“ dále umožňuje zvyšovat sílu útoku a zhoršovat jeho následky (Vágnerová, 2009).

**f) Obtížná kontrola a rychlé šíření ve virtuální realitě**

Jednotlivé impulzy kyberšikany šířené prostřednictvím informačních technologií se velmi obtížně monitorují. K odhalení hrozícího nebezpečí je zapotřebí více času. Oběť je vystavena opakovanému tlaku a strachu z hrozby neustále se opakujících útoků ze strany agresora. Nejčastěji se jedná o zaslání urážejících zpráv na sociálních sítích nebo pomocí mobilního telefonu formou SMS. Uživatelé, kteří jsou zrovna on-line, mohou k těmto příspěvkům přidávat vlastní komentáře a tak je dále šířit ve svém profilu svým přátelům. Oběť kyberšikany je tak pod velkým drobnohledem vysokého počtu osob (Rottová, 2009).

**g) Kyberšikana může být způsobena i neúmyslně**

Obětí kyberšikany se může v podstatě ocitnout každý, ať už je to úmyslně či neúmyslně. Výsledkem kybernetické šikany může být to, že nesprávně vyhodnotíme situaci nebo také individuální reakci člověka. Neuvědomíme si, že takovýto „vtip“ může způsobit

psychickou bolest, která může mít zdravotní i psychický dopad na jednotlivce (Hartlová, 2010).

#### **h) Důsledky kyberšikany na oběť není snadné rozeznat**

Kybernetická šikana je spojena s psychickým týráním obětí, které není na první pohled jednoduché rozpoznat (na rozdíl od modřin, které jsou typickým znakem klasické šikany). Oběťmi kyberšikany se často stávají osoby, které jsou introvertní, nekomunikují s okolním světem o svých problémech. Oběti pak zůstávají často sami na řešení svých problémů, což ve velké míře vede k nezvládnutí situace jedince (Kolář, 2001).

### **2.5 Způsoby a typy kyberútoků**

Říčan, Janošová (2010) popisují, že kyberšikana má mnoho způsobů, jak oběti ublížit, většinou se jedná o krádež osobních údajů z počítače, další formou může být zasílání agresivních, urážlivých a obtěžujících e-mailů a SMS (mladí lidé tomu dnes říkají spam). Autoři dále uvádějí, že mohou obsahovat různé vulgární, výhružné zprávy, vtipy a slogany na určitou osobu, za účelem zesměšnit a ublížit.

Dále popisují, že agresor může také vytvářet webové stránky, na nich zveřejňovat urážející obsah týkající se jedné nebo více osob, a to bez ohledu na to, jestli oběť zná či vůbec. Dítě mohou zesměšňovat, přitom si tyto poskytnuté informace může prohlédnout velké množství uživatelů internetu denně, velmi častou formou je útok na sociálních komunitních webech či diskuzích, neobvyklé není ani to, když útočník sám pořídí fotografii nebo video s pomocí svého mobilního telefonu a zveřejní soubor na internetu (Říčan, Janošová, 2010).

Autoři dále uvádějí, že je jen otázkou času, kdy se tyto soubory dostanou k dalším uživatelům/osobám internetu, například dalším spolužákům ze třídy nebo třeba rodičům a učitelům. Oběť si pak může připadat bezvýznamná, jde o naborání osobní svobody člověka (Říčan, Janošová, 2010).

Kyberšikana se odehrává bez přímého kontaktu v kyberprostoru (virtuálním světě), často mimo školní prostředí (Kožišek, Písecký, 2016).

Dle Kožíška, Píseckého (2016) lze rozlišit dva základní typy útoků, a to nepřímé a přímé. Autoři zmiňují, že v případě nepřímých útoků (někdy v útoku zastoupení) vykonává kyberšikanu za agresora někdo jiný, často se nevědomě stává komplicem.

Agresor například krade oběti heslo, nabourává se do účtu oběti nebo si zakládá účet pod identitou oběti (Kožíšek, Písecký, 2016).

Martínek (2015) uvádí, že častějšími útoky jsou útoky přímé, kterých je celá řada:

- a) **Kyberstalking** – znázorňuje posílání obtěžujících, výhružných nebo krutých zpráv formou SMS nebo e-mailu.
- b) **Phising** – tento název znázorňuje kradení hesel a následné zneužívání osvojeného účtu na sociální síti nebo e-mailu.
- c) **Blogování** – je zveřejňování intimních informací nebo pomlouvání prostřednictvím blogu. Informace nemusí být pravdivé.
- d) **Outing** – podstatou je veřejné oznámení menšinové sexuální orientace (zejména homosexuální) bez souhlasu nebo proti vůli osoby, která se stává obětí.
- e) **Kyberbullying** – zveřejňování choulostivých, lživých informací a obrazových materiálů (fotek, videí) na webových stránkách nebo jejich šíření pomocí mobilního telefonu.
- f) **Bluejacking** – tento pojem znamená zasílání nevyžádaných zpráv pomocí funkce Bluetooth ve formě obrázků na mobilní telefon. Přijímající jedinec nemůže zjistit, od koho zpráva pochází.
- g) **Happyslapping** – v překladu to znamená „veselé fackování“. Podstatou je nečekaně fyzicky napadnout mladistvého nebo dospělého jedince, přičemž komplic agresora celou událost nahrává na mobilní telefon nebo na kameru. Poté získané video umístí na internet (nejčastěji na sociální síť), kde je určeno, aby pobavilo publikum. Obětí se může stát prakticky kdokoliv a kdekoliv.
- h) **Internetové hlasování** – agresor na internet umístí urážející otázku, která má za účel zesměšnit nebo zastrašit jedince. Publikum poté hlasuje a zapojuje se tím, že vybírá možnost odpovědi.
- i) **Internetové soutěžení** – jedná se o to, že jedinec nominuje dalšího jedince, který má za úkol udělat nějakou činnost, natočit se při tom, poté video umístit na sociální síť a nominovat dalšího člověka.

- j) **Kybergrooming** – tímto termínem označujeme nebezpečnou manipulaci dítěte dospělým uživatelem sociální sítě, jejímž cílem je přimět dítě k osobní schůzce. Kyberagresor na dítě velmi naléhá.

## 2.7 Rozdělení sociálních sítí

Dle informací společnosti CZ.NIC (© 2017) se první sociální síť objevila již v roce 1997 – projekt Sixdegrees.com, který tehdy nabízel možnost vytvořit si profil a propojit se s přáteli. Služba sice svůj provoz ukončila v roce 2001, ale právě tyto funkce definovaly základ, který mají sociální sítě dodnes společný (CZ.NIC,© 2017).

Sociální sítě můžeme rozdělit na osobní a profesní:

- a) osobní - Facebook, Twitter, MySpace, Badoo, Hi5, Friendster, Spolužáci, Lidé.cz, Jagg.vz, Linkuj.cz, Color, Foursquare či Google+ ,
- b) profesní sítě - LinkedIn, Visible.me, či Xing (CZ.NIC,© 2017).

Dle odhadů existuje zhruba 200 komunitně zaměřených webů, které využívá až 46 % celosvětové populace; sociální sítě jsou dnes pro nás každodenním rituálem naší společnosti, většinou jedním z hlavních zdrojů zábavy, prostředkem seberealizace, nástrojem komunikace i navazování a udržování vztahů či velmi oblíbeným pomocníkem při studiu i budování (CZ.NIC,© 2017).

## 2.8 Dopady kyberšikany

Kyberšikana využívá virtuálního prostoru, který je všude kolem nás. Dospělí tomu často nerozumí a neumí si tedy většinou ani představit, co jejich dítě na internetu dělá (Černá, 2013).

Dle Černé (2013) stačí pouze jedna fotka, video šířené na sociálních sítích či SMS nebo e-mail, aby dětem vzniklo psychické trauma, které si nesou po celý svůj život, tj. oběť se k nim může neustále vracet, a tak i měsíce žít v depresích, o kterých nemusí vědět rodiče ani kamarádi poškozené osoby, pro mnohé útočníky je pocit určité anonymity spouštěcím faktorem.

Falešný pocit bezpečí, pokud se schová za přezdívku či předplacenou kartu, může navíc v útočnickovi posílit odvahu k využití nových forem, metod a četnosti agrese (Černá, 2013).

Kožíšek, Písecký (2016) uvádí, že odhalení útočnicka je v dnešní době značně zjednodušeno, každý za sebou zanecháváme virtuální stopy, podmínkou odhalení je ale včasné řešení a dostatek důkazů, kterými mohou být zálohy komunikace. Autoři dále konstatují, že útoky v tomto prostředí nelze jednoduše předpovídat, na rozdíl od klasické šikany, kdy oběť tuší, že jde na místo, kde může být napadena (například cestou ze školy, ve třídě), bývá útok proveden bez nejmenších příznaků v různorodém prostředí, čase a četnosti. Útočník se může navíc skrývat pod několika měnícími se identitami a v oběti mnohdy vzbuzuje dojem, že útočí skupina (Kožíšek, Písecký, 2016).

## **2.9 Jak se správně zachovat, pokud se dostanu do styku s kyberagresorem**

Postup, jak se zachovat, pokud dojde ke styku s kyberagresorem, může mít mnoho podob. Z tohoto důvodu uvádím základní doporučení dle Ševčíkové (2014). Tyto podoby se budou odvíjet od profesního zaměření a oblastí, ve kterých se jejich autoři pohybují. Velmi důležitá je pomoc rodičů a pedagogů, když rodiče zjistí, že je jejich dítě ohroženo šikanou či kyberšikanou, musí začít situaci řešit, dítě musí vědět, že mu důvěřují a podporují ho (Ševčíková, 2014). Nejdůležitější je ukončit komunikaci s agresorem, nereagovat a neodpovídat na jeho útoky, rovněž důležité je nesnažit se útok vrátit a zabránit tomu, aby se agresor dostal k dítěti (Ševčíková, 2014).

Dále autorka uvádí, že pokud jsou k dispozici nějaké důkazy, vše se má uchovat pro pozdější řešení s Policií, protože často rodiče berou tento problém na lehkou váhu a nevyhledají pomoc například v pedagogicko-psychologické poradně (Ševčíková, 2014).

Velmi důležité je zmínit telefonní čísla, která odkazují oběti kyberšikany na pomoc. S oběťmi kyberšikany a šikany spolupracuje především linka bezpečí, kterou lze kontaktovat primárně telefonicky na telefonním čísle 116 111, ale také pomocí internetového chatu: [chat.linkabezpeci.cz](https://chat.linkabezpeci.cz), nebo také prostřednictvím e-mailu: [pomoc@linkabezpeci.cz](mailto:pomoc@linkabezpeci.cz).

Pokud se oběť šikany nebo kyberšikany nachází na útěku, může se obrátit na linku fungující 24 hodin denně s číslem 800 111 113. *Zabývá se tele fonickým odborným poradenstvím a nabízí krizovou pomoc především rodičům a prarodičům z celé České republiky v záležitostech jejich dětí* (Vágnerová a kol., 2009, s. 131). Poradenství není

určeno pouze samotným obětem, ale využít ji mohou i zákonní zástupci či rodinní příslušníci. Jak pro oběti, tak i pro rodiče je k dispozici linka důvěry, která poskytuje telefonickou pomoc na telefonním čísle 549 241 010. Při závažnějších formách lze kontaktovat policii České republiky, a to na telefonním čísle 158 (Vágnerová a kol., 2009).

### **3 Kyberšikana a její prevence ve školním prostředí**

V této kapitole se věnuji prevenci kyberšikany, která má opodstatněné své místo nejen ve volném čase, ale také ve školním prostředí. Tuto skutečnost dále uvádím na právně závazných dokumentech, vydaných naší veřejnou správou.

#### **3.1 Legislativní ukotvení primární prevence na základní škole**

Dle metodického dokumentu přílohy č. 7 Kyberšikana (MŠMT, 2017) základní škola zajišťuje kooperaci všech činností souvisejících s poradenskou činností vedení školy. Ředitel školy má za povinnost poradenskou činností pověřit zpravidla školního metodika prevence nebo také výchovného poradce, kteří poté dostatečně spolupracují s dalšími pedagogickými pracovníky školy. Školní metodik prevence má povinnost spolupracovat se školním psychologem, třídním učitelem a taktéž školským poradenským zařízením.

Každá základní škola musí mít vypracovaný přehled institucí – a to zejména pedagogicko-psychologickou poradnu, neziskové organizace, krizová centra, speciálně pedagogické centrum, středisko výchovné péče pro děti a mládež, orgán sociálně právní ochrany dětí, Policii České republiky, zdravotnická zařízení nacházejících se v určitém regionu, na které se může v případě jakýchkoli problémů obrátit a informovat se.

Seznam všech těchto kontaktů či regionálních partnerů je vhodné veřejně prezentovat na stránkách školy pro veřejnost, zejména pro děti a rodiče a taktéž i rodiče, aby je mohli využít.

Mezi základní strategické dokumenty, které jsou s prevencí kyberšikany provázány, patří zejména:

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,

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže č. j.: 21291/2010-28,



Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních čj. MSMT-21149/2016,

Strategie prevence kriminality 2016–2020 (definovaná ve víceletých cyklech Usnesením vlády ČR),

Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2013–2018 (Ministerstvo školství ČR, 2013).

### **3.2 Systém prevence na základních školách**

Základní školy mají povinnost zajistit bezpečnost a ochranu zdraví svých žáků a zároveň vytvořit podmínky pro předcházení vzniku sociálně patologických jevů. Tato povinnost je podložena školským zákonem (Zákon 561/2004 Sb., 2012), konkrétně § 29, který se zaměřuje na bezpečnost a ochranu a zdraví v základních školách České republiky.

#### Strategické dokumenty školy upravující prevenci rizikového chování žáků:

1. vnitřní řád školského zařízení, školní řád;
2. školní preventivní strategie;
3. preventivní program školy (dříve Minimální preventivní program);
4. krizové plány.

Základní školy poskytují preventivní a poradenské služby v prostředí školního zařízení prostřednictvím tzv. školních poradenských pracovišť, která jsou definována vyhláškou Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů.

Ciklová (2014) zmiňuje, že poradenské služby jsou zajišťovány výchovným poradcem, školním metodikem prevence, případně školním psychologem/školním speciálním pedagogem a jejich konzultačním týmem složeným z vybraných pedagogů. Cílem školních poradenských pracovišť je především poradenská podpora zejména žáků, rodičů ale i pedagogů (Ciklová, 2014).

## 4 Programy primární prevence

Zormanová (2012) uvádí, že pojmem metoda označujeme určité prostředky, postupy a návody, pomocí kterých dosahujeme cílů, a to v kterékoliv činnosti. Výukové metody patří mezi základní didaktické kategorie. Maňák, Švec (in Zormanová, 2003) uvádí, že výuková metoda nepůsobí izolovaně, ale pouze ve spojení s dalšími činiteli, jež průběh výuky ovlivňují a pomocí nichž učitel za využití výukových metod dosahuje výchovně-vzdělávacích cílů.

Výukový program je interaktivní výchovně vzdělávací lekce, jejímž cílem je upevnění, prohloubení a rozšíření učiva všech stupňů škol v souladu se školními vzdělávacími programy (Máchal, 2002), viz tabulka č. 1.

Hlavním cílem programů primární prevence je oddálit experimentování s návykovými látkami u dětí a mládeže do pozdějšího věku, popřípadě aby ztratily o experimentování zájem vůbec (MŠMT, 2013).

Cílem a smyslem preventivních programů by tedy dle MŠMT (2013) mělo být:

- Podpora zdravého životního stylu.
- Zvyšování obranných prvků u dětí: protidrogového vědomí, morálky, sebevědomí a zodpovědnosti za své chování a své zdraví.
- Prevence ostatních sociálně nežádoucích jevů, které s užíváním omamných látek souvisí.
- Rozvoj osobnosti: cvičení a učení sociálním dovednostem, vytváření pozitivních vztahů.
- Naučit účastníky programů kvalitně využívat volný čas.
- V případě potřeby pomoci řešit již vzniklý problém, případně zprostředkovat pomoc v jiném zařízení (MŠMT, 2013).

Obecně platí, že efektivita programů, pokud se uvedené programy používají samostatně, je nízká nebo velmi nízká. Efektivita preventivních intervencí se zvyšuje, pokud se uvedené programy dokážeme kombinovat (Miovský, 2015).

Tabulka č. 1

<b>SKUPINA 1</b> <b>Programy zaměřené na rozvoj</b> <b>životních dovedností</b>	<b>SKUPINA 2</b> <b>Programy zaměřené na</b> <b>intrapersonální rozvoj</b>
Programy zaměřené na rozhodovací schopnosti	Programy zaměřené na uvědomování si hodnot
Programy zaměřené na zvládání úzkosti a stresu	Programy zaměřené na stanovování cílů
Programy zaměřené na nácvik (rozvoj) sociálních dovedností	Programy zaměřené na budování pozitivního sebehodnocení
Programy zaměřené na nácvik dovedností odolávat tlaku	Programy zaměřené na stanovování norem
	Programy spojené se složením přísahy
	Programy informativní
	Programy vrstevnické
	Programy pro rodiče

(Miovský, 2015)

#### Programy zaměřené na stanovování norem

Tento typ programu vychází z předpokladu, že mladí lidé mají často mylné představy o rozšířenosti rizikových typů chování a jejich společenské i individuální přijatelnosti. Jejich záměrem je ovlivnit začátek těchto jevů zmírněním představ o očekávaném výskytu a četnosti a o přijatelnosti sledovaných typů rizikového chování. Výsledkem by pak mělo být stanovení jasných norem ve vztahu k rizikovým formám chování (Adámková et al., 2009; Jurystová et al., 2009).

#### Programy informativní

Jsou zaměřené na předávání informací o dopadech rizikového chování. Jejich cílem je zvyšovat znalosti cílové skupiny o rizikovém chování (formách kyberšikany), o faktech a mýtech, které jsou s jednotlivými typy rizikového chování spojeny. Pozornost se věnuje negativním, ale i pozitivním dopadům rizikových typů chování tělesného

a psychického zdraví i sociálního prostředí jedince. Informace se nejčastěji zaměřují na popis problémového chování, jeho rozdělení a typy, na příčiny, které vedou k rozvoji rizikových typů chování a na historické a právní souvislosti. Tyto programy mají různé podoby, nejčastěji se realizují: běžná forma výuky, promítání filmů a videopořadů diskuse, besedy. Sdělování informací by mělo být doplněno diskusí, v jejímž rámci by se pořádající osoba měla snažit doplnit a pozitivním způsobem ovlivnit znalosti o rizikovém chování a o jeho následcích (Miovský a kol., 2015).

#### Programy vrstevnické

Nebo také peer programy. Specifikem tohoto typu programů je zapojení vrstevníků (z angl. peer = vrstevník), kteří vystupují v roli poučeného člověka stejného postavení v oblasti rizikového chování. Peer program poskytuje svým vrstevníkům pravdivé informace o rizikovém chování a umí nabídnout psychosociální podporu ohroženým jedincům ve skupině. Je vnímavý k dění ve skupině a všímá si problémového chování, na které umí upozornit kompetentní osoby (např. školního metodika prevence, školního psychologa, lékaře aj.). Nejedná se však v žádném případě o „donášení“, ale díky bezprostřední znalosti skupiny o včasné upozornění na problém (včasná diagnostika), který je možno v jeho zárodku řešit odpovídajícími zásahy v zájmu žáka nebo (třídního) kolektivu (Miovský a kol., 2015).

Výše uvedené programy dle zaměření jsem ve své praktické části této práce spojil v jeden komplexní preventivní výukový program, který je zároveň výstupem této práce.

## **5 Cíle práce a výzkumné otázky**

### **5.1 Cíle práce**

Cíle mé bakalářské práce byly stanoveny následovně:

1. Seznámit žáky s rizikem kyberšikany a její prevencí.
2. Zmapovat u žáků jejich názor na kyberšikanu a uvést informace na pravou míru této problematiky.
3. Zjistit, zda mají sami žáci zkušenosti s kyberšikanou, předat žákům informace o správném řešení této problematiky.
4. Ověřit, zda žáci nejsou vystaveni kyberšikaně pomocí internetu nebo mobilního telefonu.

### **5.2 Výzkumné otázky**

Vzhledem ke stanoveným cílům byly definovány tyto výzkumné otázky:

1. Znájí žáci, co je to kyberšikana a jaké jsou její projevy?
2. Mají žáci představu o tom, jak se sami na internetu ohrožují?
3. Vědí žáci, jak se správně zachovat při kyberšikaně?
4. Byl některý žák ohrožen kyberagresorem?

## 6 Operacionalizace pojmů

Pro lepší uchopení v empirickém pozorování specifikuji abstraktní koncepci jednotlivých pojmů následovně.

- **Žák:** osoba účastnící se organizovaného procesu vzdělávání na základní škole (Kolář, 2014)
- **Základní škola:** školské zařízení zajišťující výuku a výchovu v základních znalostech (Bednářová, 2017).
- **Druhý stupeň základní školy:** 2. stupeň základní školy, tj. 6. - 9. třída (ČSU, 2016).
- **Názor:** postoj či stanovisko (Lingea, 2010).
- **Kyberšikana:** prvotním znakem kyberšikany je jednorázové, dlouhodobé či se stupňující a hlavně úmyslné užívání psychického šikanování proti jednotlivci nebo skupině za pomoci nejrůznějších moderních informačních a komunikačních technologií (Rogers, 2011).
- **Kyberagresor / kyberútočník:** osoba páchající kyberšikanu – lze dělit dle závažnosti (Kavalír, 2009).
- **Šikanovaná osoba** – která se stala obětí kyberagresora a na které byla uskutečněna kyberšikana.
- **Myšlenková mapa:** *Myšlenkové mapy jsou vizuálním prostředkem pro celistvé myšlení* (Buzan a Buzan, 2012, str. 42).
- **Preventivní výukový program:** Výukový program je interaktivní výchovně vzdělávací lekce, jehož cílem je upevnění, prohloubení a rozšíření učiva všech stupňů škol v souladu se školními vzdělávacími programy (Máchal, 2002).

## **7 Metodika**

### **7.1 Výzkumná strategie**

K realizaci výzkumné části mé bakalářské práce byl využit smíšený typ výzkumu ve smyslu kvantitativního a kvalitativního.

Olecká a Ivanová (2010) chápou kvantitativní výzkum jako vlastní nomotetický přístup (podle Windelbandovy klasifikace věd na nomotetický a idiografický), tj. takový, ve kterém se zkoumají jevy řídicí se objektivními zákonitostmi (nomos = zákon) a v přírodě i společnosti se opakující. Jinak řečeno nomotetický přístup se snaží vysvětlit sociální realitu a lidské chování prostřednictvím obecně platných zákonitostí. Za určitých předpokladů tak lze dospět k identifikaci poznatků, aplikovatelných na širokou škálu jevů.

U kvalitativního výzkumu pak Hendl (2016) chápe, že účel výzkumu není pouze zodpovědět výzkumnou otázku = hlubším důvodem je, proč se studie vlastně dělá.

### **7.2 Etika výzkumu**

Žáci se účastnili výzkumu v rámci preventivního výukového programu zcela dobrovolně. Za účast jim nebyla poskytnuta žádná forma odměny, o které by byli předem informováni. Odměna byla poskytnuta všem po uskutečnění výzkumu (preventivního výukového programu) ve formě certifikátu, která potvrzovala jejich účast a byl zároveň informačním prvkem pro zákonné zástupce, že se jejich dítě takovéto akce zúčastnilo (vzor certifikátu viz Příloha č. 11). V rámci informovaného souhlasu byli s přihlédnutím ke svému věku adekvátně poučeni o podstatě a účelu výzkumu, zachování anonymity a užití jimi vytvořených myšlenkových map pro účely mé práce.

Po domluvě s vedením školského zařízení, ve kterém výzkumu probíhal, jsme po dohodě přistoupili z důvodu zachování anonymity k označování „zařízení XY“.

### **7.3 Příprava pro uskutečnění preventivního výukového programu „Kyberšikana“**

Jako základní předpoklad pro uskutečnění úspěšného preventivního výukového programu je nutné, aby lektor, který se prevencí zabývá, disponoval potřebnou odbornou kvalifikací.

Za tímto účelem jsem navštívil následující vzdělávací akce:

1. dvoudenní vzdělávací akce o celkovém rozsahu 12 hodin nazvaná První pomoc při školní šikaně a kyberšikaně pod odbornou garancí lektor PaedDr. Zdeněk Martínek, pod číslem jednacím akreditace MSMT-6516/2017-1-405;
2. jednodenní vzdělávací akce o celkovém rozsahu 6 hodin nazvaná Rizikové chování dětí a mládeže pod odbornou garancí lektor PaedDr. Zdeněk Martínek, pod číslem jednacím akreditace MSMT-6516/2017-1-405.

Tyto vzdělávací akce mi prohloubily mnou již získané znalosti ze studia na vysoké škole ve vybrané oblasti.

### **7.4 Popis výzkumných nástrojů**

Jako výzkumné nástroje byly užity dotazování ve formě dotazníku a následná tvorba myšlenkových map, se kterými bylo dále pracováno.

Dotazování chápe Kozlová (2017) jako standardizovaný soubor otázek, jež jsou předem připraveny na určitém formuláři. V mém výzkumu bylo užito dotazování ve formě papírového formuláře s 19 uzavřenými otázkami. Vzhledem k tomu, že při zadání a během vyplňování dotazníku byl přítomen po celou dobu výzkumník, nebylo součástí připravených dotazníků představení se respondentovi, zdůvodnění výzkumu ani návod na vyplňování, neboť tyto informace byly sděleny před samotným vyplňování a v případě potřeby byly doplňující otázky zodpovězeny ústně. Výsledky tohoto dotazníkového šetření předkládám v kapitole č. 7 „Výsledky“, konkrétně podkapitole č. 1 „Dotazníky“ této práce. Kosíková (2011) konstatuje, že myšlenkové mapy nabízejí možnost uspořádání informací, s jejichž pomocí získáme jasné cíle, včetně konkrétních parametrů. Buzan a Buzan (2012) doplňují, že myšlenkové mapy jsou skvělým ukazatelem jak lidský mozek přemýšlí, přichází s nápady a toto vše je zachyceno a znázorněno ve zmíněné myšlenkové mapě, která působí jako vnější zrcadlo, odrážející to, co se děje uvnitř našich hlav. Myšlenkové mapy byly zadány účastníkům



následujícím způsobem: „Máte před sebou papír velikosti A3, do kterého vytvoříme myšlenkovou mapu, do které můžete kreslit, malovat či psát, vše co si představíte pod pojmem kyberšikana.“

### **7.5 Předvýzkum**

Miovský (2006) se domnívá, že základním předpokladem úspěšného výzkumu je dokonalá znalost prostředí, pravidel a poměrů dané cílové skupiny, která má být zkoumána.

V návaznosti na tvrzení Miovského jsem se tedy rozhodl pro uskutečnění předvýzkumu mnou předkládané práce. Proběhl ve dvou etapách.

Etapa první probíhala v časovém rozmezí dvou let (tj. 2015-2017), ve kterých jsem navštěvoval základní školu v okrese České Budějovice s cílem zjištění aktuálních specifik a společenských potřeb prostředí, na které navazuje program primární prevence kybernetické šikany u cílové skupiny žáků II. stupně základní školy. V rámci této etapy bylo pracováno s celkem 4 třídami na jedné základní škole. Za účelem zjištění dat v této fázi předvýzkumu bylo využito brainstormingu, dotazníkového šetření a myšlenkových map. Z první etapy výzkumu vyplynulo, že bude vhodné rozšířit časovou dotaci na vypracování myšlenkových map. Myšlenkové mapy by také měly mít více specifikovanou oblast zadání.

Druhá etapa předvýzkumu vycházela následně z poznatků získaných z první etapy předvýzkumu, jež byly zapracovány do konečné verze technik pro práci s žáky v rámci zmíněné primární prevence. Po následném zapracování získaných dat bylo v této fázi dále zjišťováno, zda jsou metody pro děti srozumitelné a vhodné ve smyslu formulace.

### **7.6 Výběr a popis výzkumného souboru**

Výběr výzkumného souboru byl realizován ve spolupráci s vedením základní školy XY. Výzkumný soubor se skládal z celkového počtu 85 dětí (4 třídy druhého stupně základní školy, z celkového počtu: 42 chlapců a 43 dívek). Účastníkům byla dána možnost vyslovit kdykoliv během průběhu výzkumu svůj nesouhlas s účastí ve výzkumu, a to i bez udání důvodu – této možnosti nikdo z účastníků nevyužil. Základem pro užití

kvótového (účelového) výběru je výběr výběrového souboru. Pro využití této metody je důležité znát a popsat výběrová kritéria (Miovský, 2006).

Jako kvóty byly stanoveny: ochota podílet se na výzkumu a navštěvování třídy ve školním zařízení XY, ve kterém výzkum probíhal. Po výběru kvót byl proveden samotný výzkum, jež byl realizován ve dvou dnech v měsíci únoru roku 2018.

## 8 Výsledky

Tuto kapitolu jsem rozdělil na tři části. Nejprve popisuji vlastní realizaci preventivního výukového programu, ze kterého vzešly výsledky myšlenkových map a dotazníkového šetření.

### 8.1 *Vlastní realizace Preventivního výukového programu „Kyberšikana“*

Tento preventivní program vychází primárně z Preventivního programu KYBERŠIKANA – nebezpečné prostředí internetu, který uvádím v Příloze č. 12. Z tohoto programu jsem primárně čerpal aktivity a sestavil dle něj vlastní Preventivní výukový program Kyberšikana, který je výstupem této práce.

V jeden den jsem absolvoval výukový program zaměřený na Kyberšikana ve dvou třídách základní školy XY. K tomuto programu jsem měl připravený harmonogram, který přesně stanovoval pořadí tematických bloků včetně jejich obsahu s určenou časovou dotací, podle něhož program probíhal (viz Příloha č. 9). O realizaci programu a jeho uskutečnění v praxi jsem měl předem dojednané prostory školy s potřebným vybavením k uskutečnění preventivního výukového programu.

Za důležité jsem považoval umožnit dostatek prostoru pro volnou diskuzi a sdělení vlastních zkušeností k určitým složkám programu. Na začátku jsem uvedl, že se nemusí s námi obávat mluvit a sdělovat svoje zkušenosti, návrhy a zmínky na téma kyberšikana. Vše, co si během uskutečnění programu řekneme, zůstane výhradně a pouze mezi námi.

V úvodu jsem děti seznámil se základními informacemi a poznatky z oblasti kyberšikany pomocí zpracované prezentace, která obsahovala nejen text, ale i různá grafická zpracování, fotografie či videa.

Po uzavření úvodního bloku, který byl tvořen z převážné části teoreticky, jsme se zaměřili na kyberšikana v současnosti v České republice. Děti mohly a často i ochotně vyjadřovaly své zkušenosti v diskuzi, která následovala po jejich seznámení s příběhy lidí, kteří o nich veřejně hovořili či psali. Osobně vnímám jako důvod „otevřenosti“ především to, že děti zjistily, že obětí se může stát každý a není špatné, pokud se jí staly – špatné je, pokud nebudou svůj stav chtít dále řešit. Tento blok byl zakončen sdělením,

co je na českém internetu legální a doporučením, jak se správně chránit za užití tzv. desatera obrany kyberšikany.

V následující části byla v prvopočátku vedena diskuze, ve které jsem chtěl slyšet postoje a názory dětí o tom, co se pro ně skrývá pod pojmem „kyberšikana“. K mému překvapení se většina žáků v uvedené problematice celkem dobře orientovala a dokázala tak s drobnými odchylkami učebnicově kyberšikanu definovat. Po ukončení diskuze jsem vysvětlil základní rozdíly mezi kyberšikanou a šikanou s cílem předejít mylným interpretacím. Zakončen tento blok byl sdělením všeobecné charakteristiky vlastností kyberagresora a základní typologií osobnosti kyberagresorů.

Nechyběl ani blok věnovaný závislostem na internetu ve smyslu virtuálního kontaktu přes sociální sítě, která je dle statistických údajů velmi rozsáhlá.

V další části jsem zvolil kreativní metodu brainstormingu, ve kterém jsem vyžadoval aktivní participaci co nejvíce žáků s cílem zjistit, jak vnímají správnou ochranu před kyberšikanou a kyberútočnickem. Z tohoto brainstormingu si tedy děti odnesly zásady spojené s bezpečným používáním internetu.

Pro vtažení jednotlivců do programu byla poskytnuta ukázka kyberšikany pomocí sociálních sítí (videa a následné diskuze). Pokračování bylo ve formě ukázky urážlivé a výhružné SMS. Tyto názorné ukázky jsem následně užil k zjištění jejich postupu, jakým by takovou situaci řešili, ať už s podpisem pravého či falešného jména či přezdívky. Reakce byly různorodé – našly se reakce správné, ale i špatné. U odpovědí, které byly špatné, jsem následně vysvětlil správný postup a vyvrátil případně mylně uchopené znalosti a dovednosti. U správných reakcí jsem pak zdůraznil, jak se správně zachovat, kde hledat pomoc a komu se s nepříjemnou a tíživou situací svěřit.

Po této blokové části jsem umožnil dětem krátkou pauzu, během které se mohly občerstvit a nahlédnout do materiálů, které jim byly poskytnuty pro účel vyhledání pomoci.

V předposlední části programu jsem společně s dětmi vyplňoval dotazníky, aby mohly zjistit, jak jsou na tom oni se závislostí na internetu a jaký čas na internetu tráví (viz Příloha č. 10). Bylo zajímavé sledovat, kolik dětí si uvědomilo skutečnost, kterou si do teď nechtěly ve smyslu stráveného času v digitálním prostoru připustit.

Poslední část byla věnována myšlenkovým mapám, které si kladly za cíl zjistit, s jakými znalostmi děti odejdou po absolvování dnešního preventivního výukového programu. Po myšlenkových mapách následovala hra pro upevnění a rozvoj vrstevnických vztahů v kolektivu, která taktéž umožnila ověření získaných znalostí – děti seděly v kruhu se zavřenýma očima a na čelo jim někdo z nás přilepil nálepkou modré, bílé, červené, zelené, nebo žluté barvy. Děti musely najít své spolužáky se stejnou barvou na čele bez mluvení, tak vzniklo 4-5 skupinek se 4-5 členy pro tvoření myšlenkových map.

Buzan (2010) zmiňuje výhody tvoření myšlenkových map:

- pomáhá procesu myšlení;
- nabízí prostor k přehlednému uspořádání informací;
- usnadňuje připojení nových informací;
- konkretizuje myšlenky a koncepty;
- pomáhá se soustředit na jednu určitou věc.

## **8.2 Myšlenkové mapy**

Druhá část Preventivního výukového programu „Kyberšikana“ byla věnována tvorbě myšlenkových map, které zpracovávali žáci tříd 6.C, 7.A, 7.B a 7.C, jež se vždy rozdělili dle vlastního uvážení do týmů o 3-4 žácích.

Klíčovým pojmem, který měl být na myšlenkových mapách zpracován, byla „KYBERŠIKANA“ a asociace s ní související. Tyto asociace, které se nabalují na klíčový pojem, pak lze přirovnat k jakémusi hroznu.

Ztvárnění probíhalo na prázdný list papíru o velikosti A3 s užitím pastelek či fixů dle volby každého týmu.

Myšlenková mapa je jedna z metod, která pomáhá systematizovat a třídit informace, zároveň však napomáhá učení a přidávání nových informací do stávajících a existujících struktur. Myšlenková mapa pracuje s jedním centrálním slovem/pojmem/termínem (Buzan, 2007).

Níže nabízím textový rozbor myšlenkových map třídy 6.C, 7.A, 7.B a 7.C po kterých následuje jejich souhrnné grafické zpracování viz Myšlenková mapa výsledků č. 1 a č. 2.

### **8.2.1 Třída 6.C**

Děti ve třídě 6.C zpracovaly myšlenkové mapy především ve formě obrázků, ve kterých vyjádřily především možná prostředí, ve kterých se může kyberšikana projevovat (př. Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, Messenger či Musica.ly atp.) a prostředky, kterými může být vedena (formou SMS zpráv, tablet nebo přes pevný počítač nebo notebook).

Pokud se blíže podíváme na zpracování, pak zjistíme, že při tvorbě v této třídě byly využívány především pastelky.

Pro ukázkou nabízím dvě vybrané mapy z dané třídy, které jsou Přílohou této práce pod č. 1 a č. 2.

### **8.2.2 Třída 7.A**

Skupiny třídy 7.A pojaly zpracování myšlenkových map velmi osobitě. Při bližším prozkoumání zjišťujeme, že žáci volili jako základ prostředek, kterým může být veden útok agresora, tj. mobil a pevný počítač.

V Příloze č. 3, je znázorněn mobil, jehož ikony naznačují aplikace, které mohou být potencionálním rizikem, jež zvyšuje při nesprávném užití možnost kyberšikany. U ikony aplikace Messengeru se dokonce dozvídáme zkušenost autorky ve formě zprávy, kterou od agresora v minulosti, dle svých slov, měla dostat: „AHOJ TY KRÁVO TLUSTÁ. NELEZ DO ŠKOLY NEBO TĚ ZABIJEM. SBOHEM PIČO.“

V Příloze č. 4 došlo ke znázornění působiště agresora, který je vyobrazen jako muž s „čipem v krku“, který sedí před pevným počítačem a negativně působí na ostatní – vidíme otevřených několik online profilů u kterých agresor záměrem působí na oběť formou tzv. dislaiků.

### **8.2.3 Třída 7.B**

Ve třídě 7.B se setkáváme se značně emotivní mapou, kterou nabízím k nahlédnutí v Příloze pod č. 5. Na této mapě vidíme vyjádření příchozího hovoru na mobilním telefonu, který je doplněn zprávou: „Zvedni ten hovor nebo tě zabiju!“. Autor vyjádřil také podnět, že útoky jsou často vedeny v nejrůznějších formách, ve kterých je agresor

skryt za anonymitou – v tomto případě se jedná o „NEZNÁMÉ ČÍSLO“. Výrazným a nezaměnitelným prvkem je také kanoucí kapka slzy bezradného dítěte, které si v dané situaci neví rady.

Myšlenková mapa jedné skupiny, která je uvedena v Příloze pod č. 6. vyobrazuje propojení notebooku v domácím prostředí, které působí relativně bezpečně, neboť hrozí „pouze zprávy“. Komplikace však nastávají mimo domov, pokud útočník útočí přes aplikace, neboť dítě nemá „pevné zázemí“ za svými zády a ztrácí tak „pevnou půdu pod nohama“ – obavy a strach se zvyšují, proto také tým vyjádřil ikony aplikací ve volném prostoru, kde nejsou nikým hlídány či sledovány.

#### **8.2.4 Třída 7.C**

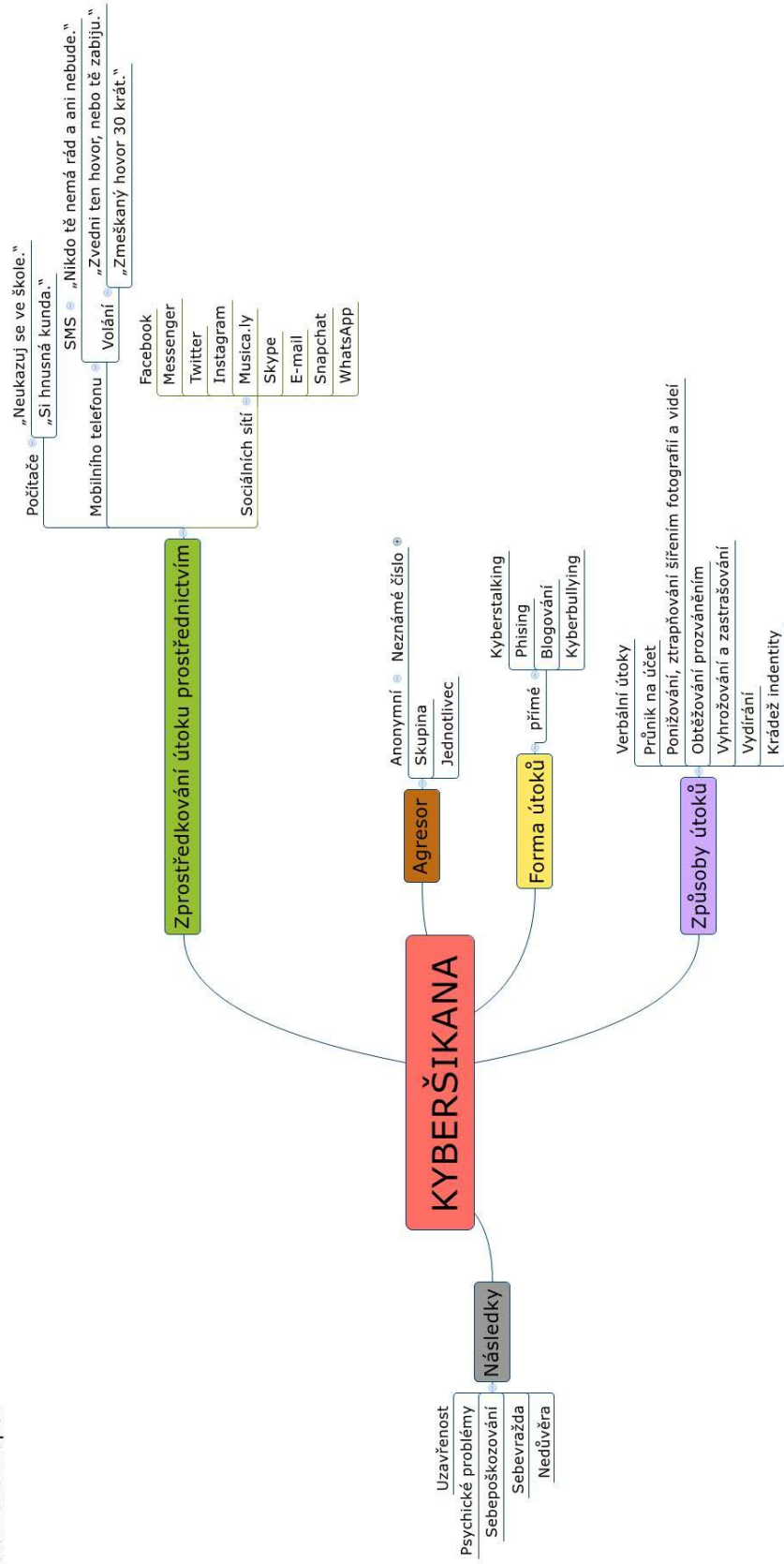
Třída 7.C byla ve tvorbě svých map poměrně tvořivá.

Na jednu stranu jsem se setkal s mapou kolektivu 3 mladých slečen, jež nabízím Přílohou pod č. 7, která vyjadřuje postup šikany od vstupu na internet. Po vstupu na internet se ocitáme v nepřehledné smršti možných aplikacích, které jsou pro dítě často nepochopitelné a je v nich o to více zranitelné – tuto myšlenku vyjádřila sama děvčata poznámkou: „Cíl – poškodit danou osobu“. Pokud se tento cíl podaří, pak dle nich může dojít až k suicidiálnímu jednání ve formě oběšení.

Na druhou stranu jsem narazil na skupinku, jejíž mapu příkládám do Přílohy pod č. 8. U této skupiny jsem byl šokován množstvím užitých vulgarit, které vůbec nevyjadřovaly zadání myšlenkové mapy: „trapáku, debile, si píča, děvko, si kráva atp.“. Z mapy jsem nabyl dojmu, že by ve třídě či pouze u zpracovatelů mohlo docházet k mnou blíže nespecifikované patologii – z tohoto důvodu jsem na toto jednání upozornil třídního učitele.

# Myšlenková mapa výsledků č. 1

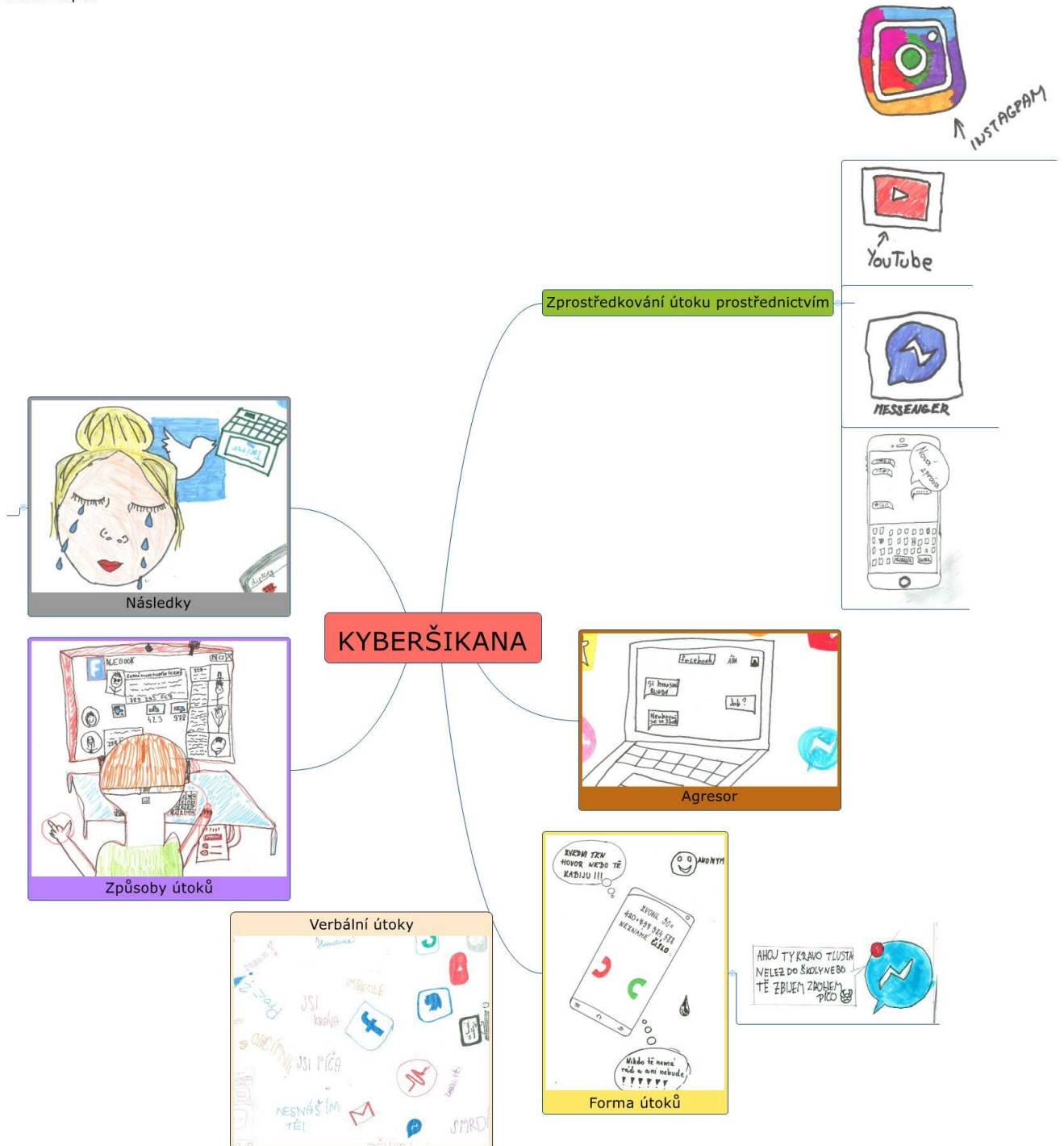
Výsledky z výzkumných myšlenkových map vyobrazených souhrnně na jedné myšlenkové mapě.





## Myšlenková mapa výsledků č. 2

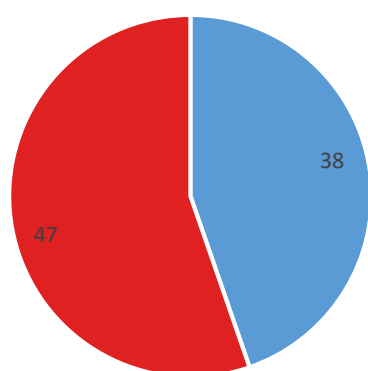
Výsledky z výzkumných myšlenkových map znázorněné grafickou formou na jedné myšlenkové mapě.



### 8.3 Dotazníky

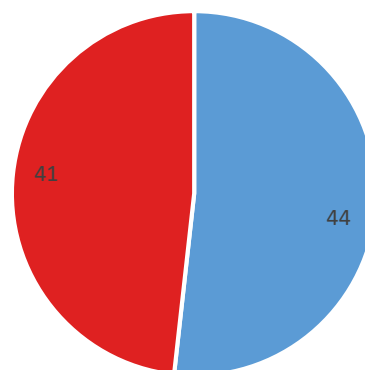
Respondenti vyplňovali jeden druh dotazníku ve formě papírového formuláře s 19 uzavřenými otázkami. Celkem bylo distribuováno 85 dotazníků, jejichž návratnost byla 100% a žádný z navrácených dotazníků, nemusel být vyřazen. Výsledky odpovědí na jednotlivé otázky uvádím ve výšečových grafech níže.

1. Nejste-li zrovna on-line, přemýšlíte, co budete dělat, až se znovu připojíte?



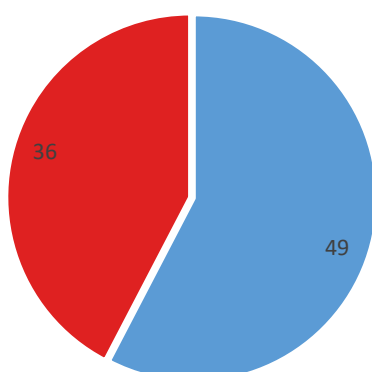
■ ANO ■ NE

2. Je internet ve vašem hodnotovém žebříčku na jednom z prvních třech míst?



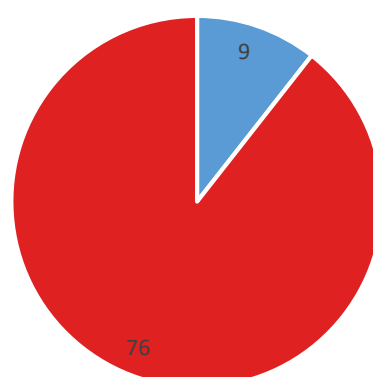
■ ANO ■ NE

3. Zhorší se Vám nálada po tom, co se musíte odpojit od internetu?



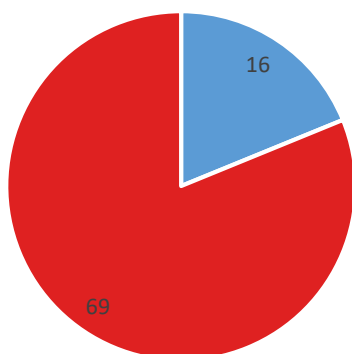
■ ANO ■ NE

4. Zdá se Vám, že se hůř soustředíte, nejste-li on-line?



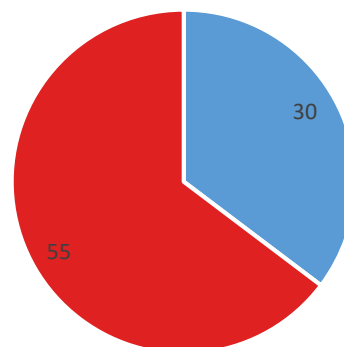
■ ANO ■ NE

**5. Nezdá se Vám po odpojení od internetu svět značně neskutečný?**



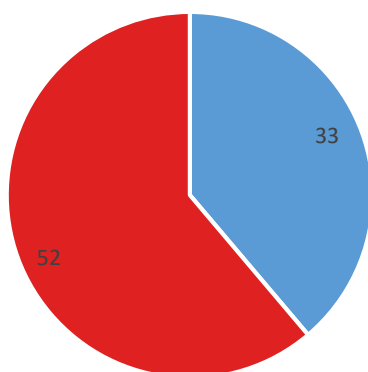
■ ANO ■ NE

**6. Trávíte na internetu stále větší množství času?**



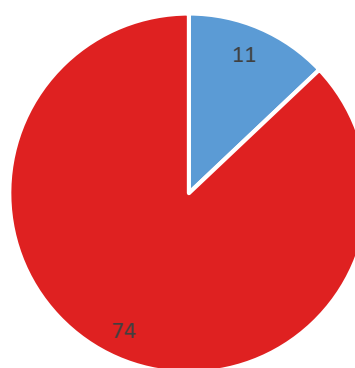
■ ANO ■ NE

**7. Potřebujete na internetu stále více času, abyste dosáhli toho, co chcete?**



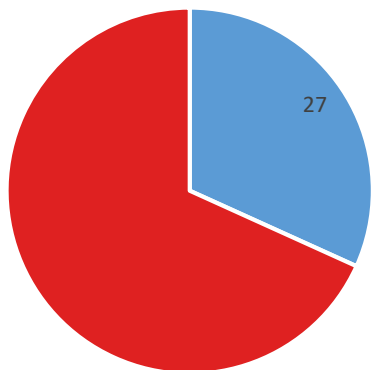
■ ANO ■ NE

**8. Máte nepříjemné psychické, či fyzické pocity po tom, co se odpojíte?**



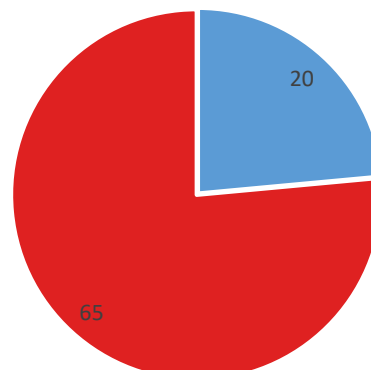
■ ANO ■ NE

**9. Chtěli jste snížit čas, který trávíte na on-line, ale nepodařilo se to?**



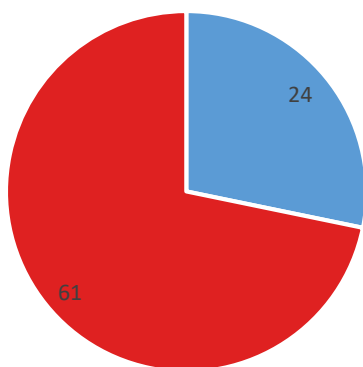
■ ANO ■ NE

**10. Myslíte, že se kvůli internetu vídáte méně s přáteli?**



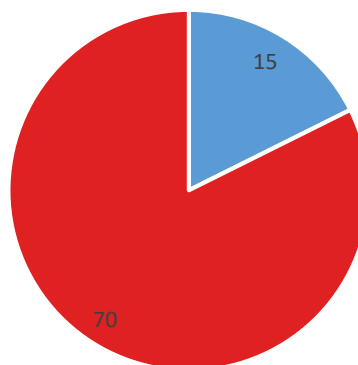
■ ANO ■ NE

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



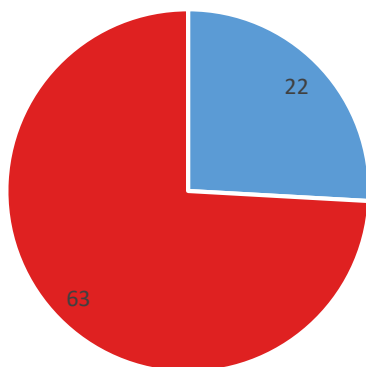
■ ANO ■ NE

**12. Omezili jste kvůli internetu nějaké své zájmy - sportovní, kulturní, rekreační?**



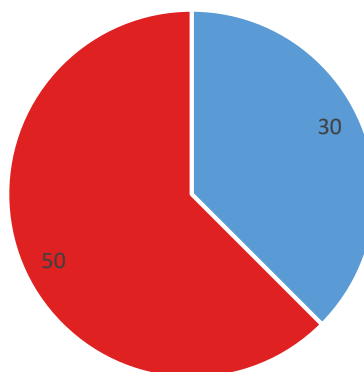
■ ANO ■ NE

**13.** Měli jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých školních povinností?



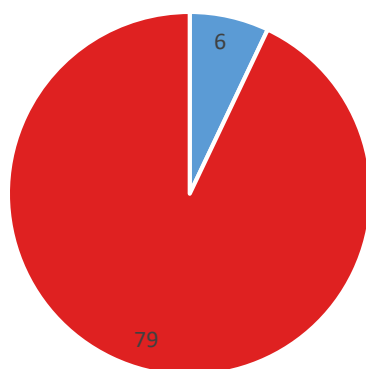
■ ANO ■ NE

**14.** Zanedbáváte kvůli internetu důležité věci ve svém životě?



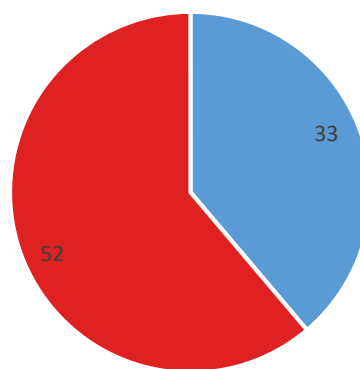
■ ANO ■ NE

**15.** Narušuje internet vztahy s významnými lidmi Vašeho života?



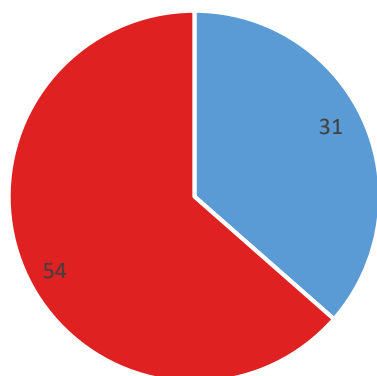
■ ANO ■ NE

**16.** Bráníte se nebo jste rozrušeni, když někdo kritizuje Váš internetový život?



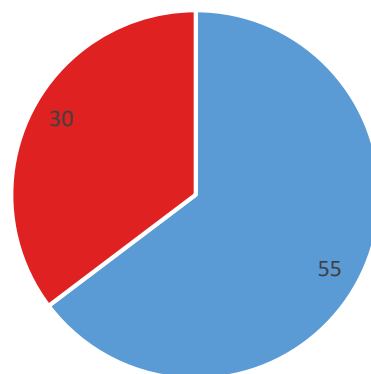
■ ANO ■ NE

**17.** Vyčetl vám někdo, na jehož mínění Vám záleží, Váš internetový život?



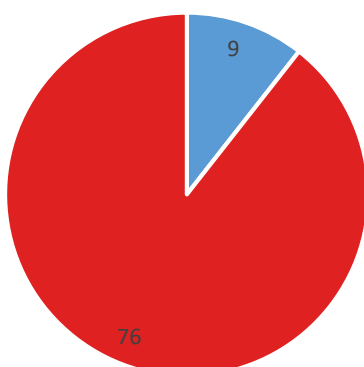
■ ANO ■ NE

**18.** Cítíte úzkost, když nejste delší dobu připojeni na internet?



■ ANO ■ NE

**19.** Zjistili jste někdy, že před ostatními skrýváte svůj internetový život?



■ ANO ■ NE

## 9 Diskuse

Sděluji, že respondenti dotazníkového šetření se ztotožňují se Stašovou, Slaninovou a Junovou (2015), neboť se dozvídáme, že v největší míře se děti věnují internetu a v nejmenší míře aktivitám volnočasovým ve smyslu kroužků.

Sami děti opisují pak věnování se především internetu Kaplánkem (2012, s. 55): „Jedinci, kteří trpí nudou, nenacházejí motivaci pro smysluplné činnosti a vlastní osobnostní rozvoj; u většiny bychom nacházeli přímou souvislost s nepodněným rodinným prostředím a selháním autorit ve výchově.“ Toto lze též sledovat u výsledků dotazníkového šetření pod otázkami č. 3, 4, 6 a 7.

Na Kaplána lze navázat varováním, že na děti může čekat ve virtuálním prostoru nejenom využití času, které je vždy pozitivní.

Avšak kyberšikaně v mnohých případech můžeme lehce předejít nebo během prvních útoků útočnicka odradit, jak ostatně naznačuje Krejčí (2010) svým konstatováním, že stačí základní osvojení pravidel bezpečného pohybu ve virtuálním prostoru.

Dle mého jsou preventivní programy v rámci primární prevence na základních školách velmi podceňovány a nedostatečně uchopeny. Některé preventivní výukové programy slouží pro žáky spíše jako návod k negativním jevům. Proto jsem preventivní výukový program sestavil tak, aby si každý žák odnesl z tohoto programu vlastní pocit a myšlenku k danému tématu – kyberšikana. Z první části preventivního výukového programu spíše část informativní a obrazovou. A z druhé části pomocí interaktivních metod byl preventivní výukový program spíše iniciativní, zájmovou, hravou formou, do které se každý žák, ať už ve skupince nebo individuálně dokázal zapojit. Ale také dostatečně žákům znázornit, jak dokáže kyberšikana ovlivnit člověka a dovést ho ke špatnému rozhodnutí, které může vést ke špatné cestě jeho životem.

Dle získaných dat žáci znají kyberšikanu zejména pod definicí ve spojení s Kopeckým a Krejčí (2010): „kyberšikana označuje nebezpečné komunikační jevy realizované prostřednictvím informačních a komunikačních technologií s cílem ublížit nebo poškodit oběť“. Poměrně potěšujícím zjištěním bylo to, že děti krom toho, že dokázali kyberšikanu charakterizovat podle Kopeckého a Krejčíře také upozorňovaly, že šikana

je stará jako lidstvo samo, čímž dali za pravdu Černé (2013), která poukazuje, že šikana je ve společnosti zkoumána po staletí.

Dále bylo důležité, aby děti získaly náhled nejen o nebezpečnosti kyberšikany, ale také o možnosti jejího spojení se šikanou. Byly tedy seznámeny se sdělením Vágnerové (2011), která upozorňuje, že: „kyberšikana může být součástí šikany, neboť fyzické napadání může být nahráváno na mobilní telefon a poté zveřejněno kupříkladu na nějakém internetovém portálu“.

Toto sdělení vyvolalo značnou diskuzi, neboť si nedovedou dle svých slov představit spojení kyberšikany a šikany tak jak uvádí Vágnerová (2011), na kterou navazoval kupříkladu Kolář.

Za velmi pozitivní považují skutečnost, že děti kyberšikanu znají a tak v souladu s Černou (2013) jsou informováni o specifickém prostředí, ve kterém je nutná minimálně stejná, ne-li vyšší obezřetnost než-li v životě reálném.

Dodávaly, že kyberšikanu většinou provádí člověk, kterého vůbec neznají. Tento názor však zcela vymizel poté, kdy uchopily při práci ve skupinách myšlenku Kavalíra (2009), který dělí kyberagresory na „vtipálky, neúmyslné kyberagresory, pomstychtivé andílky, sprostý holky a bažící po moci“.

Za zmínku pak stojí zcela jistě pohled dětí, které ztvárnily kyberagresora jako muže s „čipem v krku“, který sedí před pevným počítačem a negativně působí na ostatní – vidíme otevřených několik online profilů, u kterých agresor záměrem působí na oběť formou tzv. dislaiků.

S tímto působením se setkáváme bohužel čím dál častěji jako s nadstavbou běžné šikany, tak jak upozorňuje Černá (2013) – většina incidentů je spojena se školním prostředím oběti.

Pokud se zaměříme na možnosti vedení kyberútoku, pak zjistíme, že děti se shodují se specifikací dle Priceové a Dalgleisha (2010), že forma kyberšikany je vedena především elektronickým médiem jako je internet a telefon velmi nepřesná. Všechny děti sdělovaly, že by spíše volily dělení dle CZ.NIC, a to dle aplikací: „Facebook, Twitter, MySpace, Badoo, Hi5, Friendster, Spolužáci, Lidé.cz, Jagg.vz, Linkuj.cz, Color,



Foursquare či Google+“. Na toto však upozorňuje dále Černá (2013), že možné hrozící prostředí se nachází také v online interaktivních hrách, online blozích či ve veřejně přístupných chatovacích místnostech nebo internetových dotaznících a anketách.

Překvapení bylo, když dali částečně Černé (2013) s konstatováním, že se jedná o šikanu tzv. zastoupení. Toto „přítakání“, které nebylo úplně jasně vysloveným souhlasem, dle mého pramení z neznalosti významu slova „zastoupení“ vzhledem k věku dětí, které se výzkumu účastnily.

Pokud se budeme bavit o hrozícím nebezpečí, které přichází s kyberšikanou, pak se setkáváme zejména se slovným opisem „psychického poškození“, které je v souladu s tvrzením, které již v roce 2011 vyslovil Kolář.

Tvrzení Koláře (2011) o psychickém poškození lze doložit citací z několika myšlenkových map: „AHOJ TY KRÁVO TLUSTÁ. NELEZ DO ŠKOLY NEBO TĚ ZABIJEM. SBOHEM PIČO“ či „Zvedni ten hovor nebo tě zabiju!“ nebo uvedením výrazů: „trapáku, debile, si píča, děvko, si kráva atp.“.

Toto psychické poškození může skončit až sebevraždou, neboť dle sdělení Kopeckého (2015) uvažuje až 8% obětí kyberšikany nad sebevraždou. Toto dokládá také zkušenost jedné z účastnic programu, která sama do své mapy díky své osobní zkušenosti uvedla „Cíl – poškodit danou osobu“ a pokud se tento cíl podaří, pak dle nich může dojít až k suicidiálnímu jednání ve formě oběšení.

Důležité je také neopomenout sexualitu a comingout u dětí a dospívajících, kteří často hledají rady a prostor pro diskuzi ve virtuálním prostoru. Desmet a kol. (2018) připomínají často opomíjenou skupinu zasaženou kyberšikanou, a to homosexuály, neboť se jedná o vysoce viktimizovanou skupinu. Toto tvrzení dokládá také Elipe (2018), který poukazuje, že až 20% účastníků jeho výzkumu z řad homosexuálů se stalo obětmi kyberšikany.

Nesmíme také zapomenout na to, že děti samy upozorňovaly na možnost, že kyberagresor je jedinec, který potřebuje pomoc. Čímž potažmo daly za pravdu Fernández-Antelovi a Cuadrado-Gordillovi (2018), kteří publikovali informace, které mají pomoci pochopit odborníkům příčiny agresivního chování dospívajících

v technologických prostředcích u kyberagresorů jakožto vzorce naučeného chování v kyberprostoru.

Přesvědčení Procházky (2014) o nebezpečí kyberšikany v souvislosti s tím, že anonymita agresora umožňuje mimo jiné falšování či ukradení identity nebo odcizení a zneužití citlivých osobních údajů, bylo informanty kvitováno souhlasem.

Samotné falšování či ukradení identity je dnes velmi jednoduché, neboť jak uvádí Blinka (2015, s. 186): „Sebeprezentace na sociálních sítích má širokou formu, od zobrazení profilové fotografie a osobních informací, přes prezentování fotografií ze svého života, věcí, které má osoba ráda (hudbu, filmy apod.), až po vzkazy, co osoba zažila a co si myslí.“ Ukradení takové identity je tedy velmi jednoduché a bohužel i běžné.

Anonymita byla dětmi uváděna v nejrůznějších formách, avšak většinou převažovalo uvedení: „NEZNÁMÉ ČÍSLO“.

Nutností je ovšem dodat, že anonymita kyberagresorů se stává pomalu, ale jistě minulostí. Dle sdělení Silve, Halla a Riche (2018) dochází s pokrokem ve společnosti také k vývoji propracovanějších programů na automatickou identifikaci kyberšikany, jež vznikly z rozsáhlých psychologických výzkumů, kupříkladu ve spolupráci se společností Facebook.

V České republice funguje již přes rok internetový systém a mobilní aplikace „Nenech to být“, který bojuje proti šikaně, posměchu a urážkám. Do tohoto projektu bylo dosud dle NNTB bylo zapojeno 870 škol se 1479 učiteli, kteří pomohli vyřešit 981 případů k 18. 4. 2018.

Pokud dojde k ohrožení kyberagresorem, pak informanti uváděli příklady dopadů totožné s Procházkou (2014) tj. poruchy náklad, psychická traumata či pokles sebedůvěry a hodnocení sebe samého.

Zapojení respondenti v diskuzi souhlasili s Erreygersem (2018), který poukazoval na výsledky svého výzkumu, ve kterých byla dokázána souvislost mezi negativními prožitky v reálném životě a hledáním útěch ve virtuálním prostoru. Výsledkem bylo, že místo získání útěchy došlo u většiny respondentů k napadení kyberagresorem.

U tohoto samy navrhovaly vyhledávání pomoci nejen u rodičů, ale také odborných institucí. Jedna z dívek dokonce vnímala šanci k nalezení pomoci u katolického faráře. V této souvislosti pak můžeme navázat na Kyriacou a Zuin (2018), jež naopak vnímají neoddiskutovatelný přínos pastorační péče především v nalezení víry, která má zabránit vytváření kyberagrese u kyberagresorů.

Při bližším dotazování se na kyberagresora zjišťujeme, že informanti jej vidí podobně jako Vašutová (2010) tj. jako neprůbojného a ostýchavého jedince, který umí své sociální vztahy navazovat pouze v digitálním prostředí.

V opozici Vašutové však stojí Černá (2013) jež konstatuje, že kyberagresory mohou být také děti přátelské a oblíbené, které tak konají za účelem upoutání pozornosti a získání lepšího sociálního postavení ve skupině popřípadě třídním kolektivu.

Zajímavým zjištěním bylo, že ve dvou třídách dokonce zaznělo odborné označení podle Kavalíra (2010) ve smyslu agresora bažícího po moci, tj. snaha o ovládnutí druhých pomocí strachu – tento odborně popsáný druh agresora dle informantů postupuje nejčastěji za pomoci využívání jejich fotografií, které úmyslně komicky upravuje s cílem jejich diskreditace.

Na definici Kavalíra (2010) s následným rozšířením Černé (2013) dále navazuje Martínek (2015), který podrobně rozpracoval a aktualizoval následující možnosti útoků: kyberstalking, phishing, blogování, outing, kyberbullying, bluejacking, happyslapping, internetové hlavosání, internetové soutěžení a kybergrooming.

Při snaze zmapovat, zda žáci vědí, jak postupovat při kyberšikaně, jsem narazil na značnou komunikační bariéru, neboť získaná data byla opisem vědecky uvedených pojmů, které jim byly neznámé.

Navzdory tomu lze konstatovat, že obsahově se postup při řešení shodoval s doporučením Říčana a Janošové (2010), Koláře (2011), a Šmahaje (2014).

O tom, zda byl některý ze žáků ohrožen kyberšikanou nelze zcela jasně vyslovit přesvědčení, neboť nejsem zcela kompetentní k dané diagnostice a neměl jsem dostatek prostoru pro získání dat vedoucích k tomuto závěru.

Pokud bychom však vzali v potaz tvrzení účastníků, pak můžeme konstatovat, že více jak 25 % dětí se s kyberšikanou setkala, a to prostřednictvím mobilního telefonu. Alarmující je, že 50% dětí, které se s tímto problémem potýkaly, toto vůbec neoznámily rodičům ani svým pedagogům. V lepším případě se svěřily jednomu nejlepšímu příteli a v ostatních případech se snažili o vytěsnění a zapomenutí. V návaznosti na toto zjištění považuji za důležité sdělení Ševčíkové (2014), že se situace, ve které je dítě ohroženo kyberšikanou, musí bezodkladně řešit a dítěti musí být dáována najevo důvěra a podpora.

Výzkum dal za pravdu Černé (2013), která tvrdí, že dospělí často nerozumí a neumí si tedy většinou ani představit, co jejich dítě na internetu dělá. Dle sdělení z rozhovoru se dozvídáme, že děti se pohybují ve virtuálním prostoru zcela nekontrolovatelně = rodiče se nezajímají o to, co děti na internetu dělají.

## **Závěr**

Prvním cílem předkládané bakalářské práce bylo seznámení žáka s rizikem kyberšikany a její prevencí. Druhým cílem pak zmapování názorů u žáka na kyberšikanu a uvedení informací na pravou míru této problematiky. Třetí cíl měl za úkol zjistit, zda mají žáci zkušenosti s kyberšikanou a popřípadě předat žákům informace o správném řešení této problematiky. Poslední cíl byl nastaven tak, aby ověřil, zda žáci nejsou vystaveni kyberšikaně pomocí internetu nebo mobilního telefonu.

### Naplnění cílů:

- V rámci preventivního výukového programu jsem žáky seznámil s rizikem kyberšikany a její prevencí. (Cíl 1)
- Co se týče zmapování názorů žáků na kyberšikanu a uvedení informací na pravou míru, dal jsem žákům možnost vyslovit své názory, které obsahovaly zejména hrozby a závažnosti této problematiky. Poté bylo vymezeno dostatek času na uvedení informací o kyberšikaně, dle harmonogramu. (Cíl 2)
- V rámci první části preventivního výukového programu byl prostor i na to, že žáci mohli vyslovit jednotlivě své zkušenosti s kyberšikanou. Nastíněno bylo několik forem a způsobů, se kterými se žáci setkali – zejména na sociálních sítích. Druhá část preventivního výukového programu byla nastavena tak, aby žáci dokázali kyberšikanu řešit a věděli, na koho se mohou obrátit v případě toho, když se stanou obětí. (Cíl 3)
- Poslední cíl měl za úkol ověřit, zda žáci nejsou vystaveni kyberšikaně pomocí internetu nebo mobilního telefonu. Proto byla dostatečná část využita pro kyberšikanu na sociálních sítích a pomocí mobilního telefonu. Jednalo se zejména o předání informací, které obsahovaly, jak se správně na internetu chovat, jak si své účty zabezpečit a co je správné udělat, aby jejich účet byl zcela bezpečný – desatero bezpečného používání internetu. Popřípadě mohli sdělit své osobní poznatky. (Cíl 4)

Domnívám se, že cílů práce se podařilo za pomoci užitých metod ve formě preventivního výukového programu Kyberšikana dosáhnout. Dokladem tohoto tvrzení

jsou výsledky dotazníkového šetření a tvorba myšlenkových map, které jsem dále ještě graficky vyhodnotil (znázornil).

Preventivní výukový program byl pro všechny třídy základní školy sestaven dle jednotného harmonogramu a přesto musím konstatovat, že průběh každého jednotlivého programu se zaobíral alespoň z části jiným směrem. Záleželo totiž na tom, jaký měli žáci přístup a zejména primárně vlastní zkušenosti s kyberšikanou.

#### Výzkumné otázky zněly:

1. Vědí žáci, jak se správně zachovat při kyberšikaně?
2. Znají žáci, co je to kyberšikana a jaké jsou její projevy?
3. Mají žáci představu o tom, jak se sami na internetu ohrožují?
4. Byl některý žák ohrožen kyberagresorem?

Podrobné odpovědi na výzkumné otázky nabízím v rámci diskuze, která je součástí této práce. Ve zkratce však lze konstatovat že žáci po uskutečnění programu vědí:

- ≥ jak se zachovat při kyberšikaně,
- ≥ co je kyberšikana a jaké jsou její projevy,
- ≥ mají představu o tom, jak sami sebe mohou ohrožit při nesprávném užívání internetu.

Odpověď týkající se potvrzení či vyvrácení tvrzení, zda byl žák ohrožen kyberagresorem nemůže být uvedena, neboť jsem v době uskutečnění výzkumu nedisponoval potřebnou kvalifikací pro vyslovení odborného závěru nebo alespoň přesvědčení.

Zpětné vazby, které se mi dostalo od školského zařízení XY, ve kterém program probíhal vyplynulo, že mou přítomnost vnímali jako pomoc v aktuální problematice. Oceňována byla zejména myšlenka prevence, která rozšířila téma „Osobností a sociální výchova“ – děti získali nové zkušenosti a kompetence do svých životů. U tohoto konstatování však dodávám, že úroveň rozvoje je u žáků silně individuální v závislosti na jeho dispozicích.

Hlavním výstupem, pro který byla práce vytvářena, bylo sestavení výukového programu zaměřeného na kyberšikanu, dle specifických potřeb školského zařízení XY. Domnívám se, že tohoto výstupu bylo úspěšně dosaženo.

V práci byly využívány primární zdroje s aktuálním názorem na danou problematiku, které jsem konfrontoval se zdroji staršími, abych nastínil postupný vývoj ve vybrané oblasti.

## Seznam použitých zdrojů

1. ADÁMKOVÁ, T., JURYSTOVÁ, L., GABRHELÍKOVÁ, R. MIOVSKÁ, L., MIOVSKÝ, M., 2009. *Primární prevence na školách zapojených do projektu EUDAP 2*. Adiktologie. 86-94. ISSN 1213-3841.
2. BEDNÁŘOVÁ, J., 2017. *Školní zralost a její diagnostika*. Praha: Raabe. 146 s. ISBN 978-80-7496-319-3.
3. BÉM, P. a K., KALINA, 2003. *Drogy a drogové závislosti: mezioborový přístup*. 2. Praha: Úřad vlády České republiky. 640 s. ISBN 80-86734-05-6.
4. BUČILOVÁ KADLECOVÁ, J., KREJČOVÁ, L., MERTIN, V., 2010. *Pedagogická intervence u žáků ZŠ: výklad je zpracován k právnímu stavu ke dni 31.10.2010*. Praha: Wolters Kluwer. 308 s. ISBN 978-80-7357-603-5.
5. BUZAN, T. a BUZAN B., 2012. *Myšlenkové mapy: probudte svou kreativitu, zlepšete svou paměť, změňte svůj život*. 2. vydání. Brno: BizBooks. 2016 s. ISBN 978-80-265-0030-8.
6. BUZAN, T.. 2007. *Mentální mapování*. Praha: Portál. 168s. ISBN 978-80-7367-200-3.
7. CENTRUM INKLUZE, O.P.S., 2016. *Bezpečně online: příručka pro pedagogy základních škol* [online]. Centrum inkluze, o.p.s. [cit. 2018-03-29]. Dostupné z: [http://www.centruminkluzecz/files/bezpecne\\_online.pdf](http://www.centruminkluzecz/files/bezpecne_online.pdf)
8. CIKLOVÁ, K., 2014. *Rizikové chování ve škole s vazbou na legislativní úpravu*. Praha: Ekonom Press. 160 s. ISBN 978-80-905065-6-5.
9. CZ. NIC Správce domény CZ [online]. [cit. 2018-03-06]. Dostupné z: <https://www.nic.cz/>
10. ČERNÁ, A. a kol., 2013. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada. 152 s. ISBN 978-80-210-6374-7.
11. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2016. [online] ISCED 2 - Nižší sekundární vzdělání. Český statistický úřad [ cit. 2018-03-15]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/20536112/022608v04.pdf/0b19c0be-6b98-40b8-9037-4c3e8406c8a1?version=1.0>
12. DESMET, A. a kol., 2018. Cyberbullying and traditional bullying involvement among heterosexual and non-heterosexual adolescents, and their associations with age and gender. *Computers in Human Behavior* 83, 254-261. ISSN 0747-5632.



13. ELIPE, P., 2018. Homophobic Bullying and Cyberbullying: Study of a Silenced Problem. *Journal of Homosexuality* 5 (16), 672-686. ISSN 0091-8369.
14. 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.
15. FERNÁNDEZ-ANTELO, I. a CUADRADO-GORDILLO, I., 2018. Divergent perceptual processes on cyberbullying between victims and aggressors: Construction of explanatory models. *Frontiers in Psychology* 9, 396. ISSN 1664-1078.
16. FLEISCHMANN, O., 1998. *Primární prevence zneužívání návykových látek a sociálně patologických jevů na regionální úrovni*. Ústí n. L.: Univerzita J. E. Purkyně. 86 s. ISBN 80-7044-203-4.
17. GRECMANOVÁ, H. a kol., 2012. *Klima školy: soubor dotazníků pro učitele, žáky a rodiče*. Praha: Národní ústav pro vzdělávání. 48 s. ISBN 978-80-87063-80-4.
18. HARTL, P. a HARTLOVÁ, H., 2010. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál. 800 s. ISBN 978-80-7367-686-5.
19. HENDL, J., 2016. *Kvalitativní výzkum*. Praha: Portál. 440 s. ISBN 978-80-262-0982-9.
20. *Jak na internet: Sociální síť*. [online], 2012. CZ. NIC Správce domény CZ [cit. 2018-02-29]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1751/socialni-site>
21. KAPLÁNEK, M., 2012. *Čas volnosti - čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Praha: Portál. 175 s. ISBN 978-80-262-0450-3.
22. KAVALÍR, A., 2018. *Kyberšikana a její prevence*. Plzeň: Seznam se bezpečně [online]. [cit. 2018-02-06]. ISBN 978-80-86961-78-1. Dostupné z:
23. KOLÁŘ, M., 2011. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál. 336 s. ISBN 978-80-7367-871-5.
24. KOLÁŘ, Z., 2014. *Základní učebnice pedagogiky*. Praha: Grada. 248 s. ISBN 978-80-247-5039-2.
25. KOPECKÝ, K. a R. SZOTKOWSKI, 2017. *Co dělat, když - intervence pedagoga: rizikové chování ve školním prostředí - rámcový koncept (příloha č. 7)* [online]. Olomouc: Centrum PRVoK PdF UP Olomouc) [cit. 2018-04-06]. 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)

26. KOPECKÝ, K., 2015. *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 170 s. ISBN 978-80-244-4861-9.
27. KOSÍKOVÁ, V., 2011. *Psychologie ve vzdělávání a její psychodidaktické aspekty*. Praha: Grada. 272 s. ISBN 978-80-247-2433-1.
28. KOZLOVÁ, L., 2017. *Metody výzkumu v sociální práci: podpurný text (opora) pro kombinovanou formu studia; program: Rehabilitace; obor: Rehabilitační-psycho sociální péče o postižené děti, dospělé a seniory*. České Budějovice. 30 s.
29. KOŽÍŠEK, M. a V. PÍSECKÝ., 2016. *Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online*. Praha: Grada. 176 s. ISBN 978-80-247-5595-3.
30. KUNÁK, S., 2007. *Vybrané možnosti primárnej prevencie negatívnych vplyvov na deti a mládež*. Bratislava: IRIS. 148 s. ISBN 978-80-89256-10-5.
31. KYRIACOU, C. a ZUIN, A., 2018. Cyberbullying bystanders and moral engagement: a psychosocial analysis for pastoral care. *Pastoral Care in Education*, 1-13. ISSN 0264-3944.
32. LINGEA, 2010. *Školní slovník českých synonym*. Brno: Lingea. 320 s. ISBN 978-80-87062-87-6.
33. 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.
34. MARTÍNEK, Z., 2015. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 2. vydání. Praha: Grada. 192 s. ISBN 978-80-247-5309-6.
35. MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ A TĚLOVÝCHOVY ČESKÉ REPUBLIKY, 2013. *Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2013 – 2018* [online]. Praha: MŠMT. [cit. 2018-17-03]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/28077>
36. MIOVSKÝ, M. a kol., 2015. *Prevence rizikového chování ve školství*. 2. vydání. Praha: Nakladatelství Lidové noviny. 328 s. ISBN 978-80-7422-392-1.
37. MIOVSKÝ, M. a kol., 2015. *Programy a intervence školské prevence rizikového chování v praxi III*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. 410 s. ISBN 978-80-7422-394-5.
38. MIOVSKÝ, M., 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada. 332 s. ISBN 80-247-1362-4.

39. MIOVSKÝ, M., L. SKÁCELOVÁ, J. ZAPLETALOVÁ a P. NOVÁK., 2010. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN. 253 s. ISBN 978-80- 87258-47-7.
40. *Národního ústavu odborného vzdělávání* [online]. 2012 [cit. 2018-03-06]. Dostupné z: <http://www.nuov.cz/>
41. *Nebud' obět'!: Rizika internetu a komunikačních technologií, z. s.* [cit. 2018-03-05]. Dostupné z: <http://www.nebudobet.cz/>
42. NENECH TO BÝT: O projektu, 2018 [online]. [cit. 2018-04-18]. Dostupné z:
43. NEŠPOR, K., 2003, *Metodika prevence ve školním prostředí*. Praha: Fontis pro MŠMT [online]. [cit. 2018-03-05]. Dostupné z: <http://www.zkola.cz/>
44. OLECKÁ, I. a K. IVANOVÁ, 2010. *Metodologie vědecko-výzkumné činnosti*. Olomouc: Moravská vysoká škola Olomouc, o. p. s. 44 s. ISBN 978-80-87240-33-5.
45. PEŠATOVÁ, I., 2007. *Sociálně patologické jevy u dětí školního věku*. Liberec: Technická univerzita Liberec. 364 s. ISBN 97 8-80-7372-291-3.
46. PRICE, M. a J., DALGLEISH, 2010. *Cyberbullying: Experiences, Impacts and Coping Strategies as Described*. Youth Studies Australia. 9. ISSN 1038-2569.
47. PROCHÁZKA, R., 2014. *Teorie a praxe poradenské psychologie*. Praha: Grada. 256 s. ISBN 978-80-247-4451-3.
48. ROGERS, V. *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*. Praha: Portál, 2011. 104 s. ISBN 978-80-7367-984-2.
49. ROTTOVÁ, Nina a kol., 2009. *Kyberšikana a její prevence: příručka pro učitele*. Plzeň: Člověk v tísni o.p.s. 104 s. ISBN 978-80-86961-78-1.
50. ŘÍČAN, P. a P. JANOŠOVÁ., 2010. *Jak na šikanu*. Praha: Grada. 160 s. ISBN 978-80-247-2991-6.
51. SEZNAM.CZ, a. s., 2018 [online]. *Seznam se bezpečně* [cit. 2018-03-29]. Dostupné z: <https://www.seznamsebezpecne.cz/>
52. SILVA Y., N., HALL, D., L., RICH, C., 2018. BullyBlocker: toward an interdisciplinary approach to identify cyberbullying. *Social Network Analysis and Mining* 8 (1), 18. ISSN 1869-5450.
53. *Slovník cizích slov: Peer programy*, 2017 [online]. [cit. 2018-03-29]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/peer-programy>

54. STAŠOVÁ, L., SLANINOVÁ, G. a I. JUNOVÁ, 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.
55. ŠEVČÍKOVÁ, A., 2014. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu: závislost na internetu, navazování kontaktů online, soukromí na sociálních sítích, online komunity*. 184 s. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5010-1.
56. ŠMAHAJ, J., 2014. *Kyberšikana jako společenský problém: Cyberbullying as a social problem*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 232 s. ISBN 978-80-244-4227-3.
57. VÁGNEROVÁ, M., 2004. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 3. vydání. Praha: Portál. 870 s. ISBN 80-7117-8802-3.
58. VAŠUTOVÁ, M., 2010. *Proměny šikany ve světě nových médií*. Ostrava: Filozofická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě. 100 s. ISBN 978-80-7368-858-5.  
[www.nntb.cz](http://www.nntb.cz)
59. ZORMANOVÁ, L., 2012. *Výukové metody v pedagogice: tradiční a inovativní metody, transmisivní a konstruktivistické pojetí výuky, klasifikace výukových metod*. Vyd. 1. Praha: Grada. 155 s. ISBN 978-80-247-4100-0.

## **Seznam příloh**

Příloha č. 1 – Myšlenková mapa třídy 6.C - a

Příloha č. 2 – Myšlenková mapa třídy 6.C - b

Příloha č. 3 – Myšlenková mapa třídy 7.A - a

Příloha č. 4 – Myšlenková mapa třídy 7.A - b

Příloha č. 5 – Myšlenková mapa třídy 7.B - a

Příloha č. 6 – Myšlenková mapa třídy 7.B - b

Příloha č. 7 – Myšlenková mapa třídy 7.C - a

Příloha č. 8 – Myšlenková mapa třídy 7.C - b

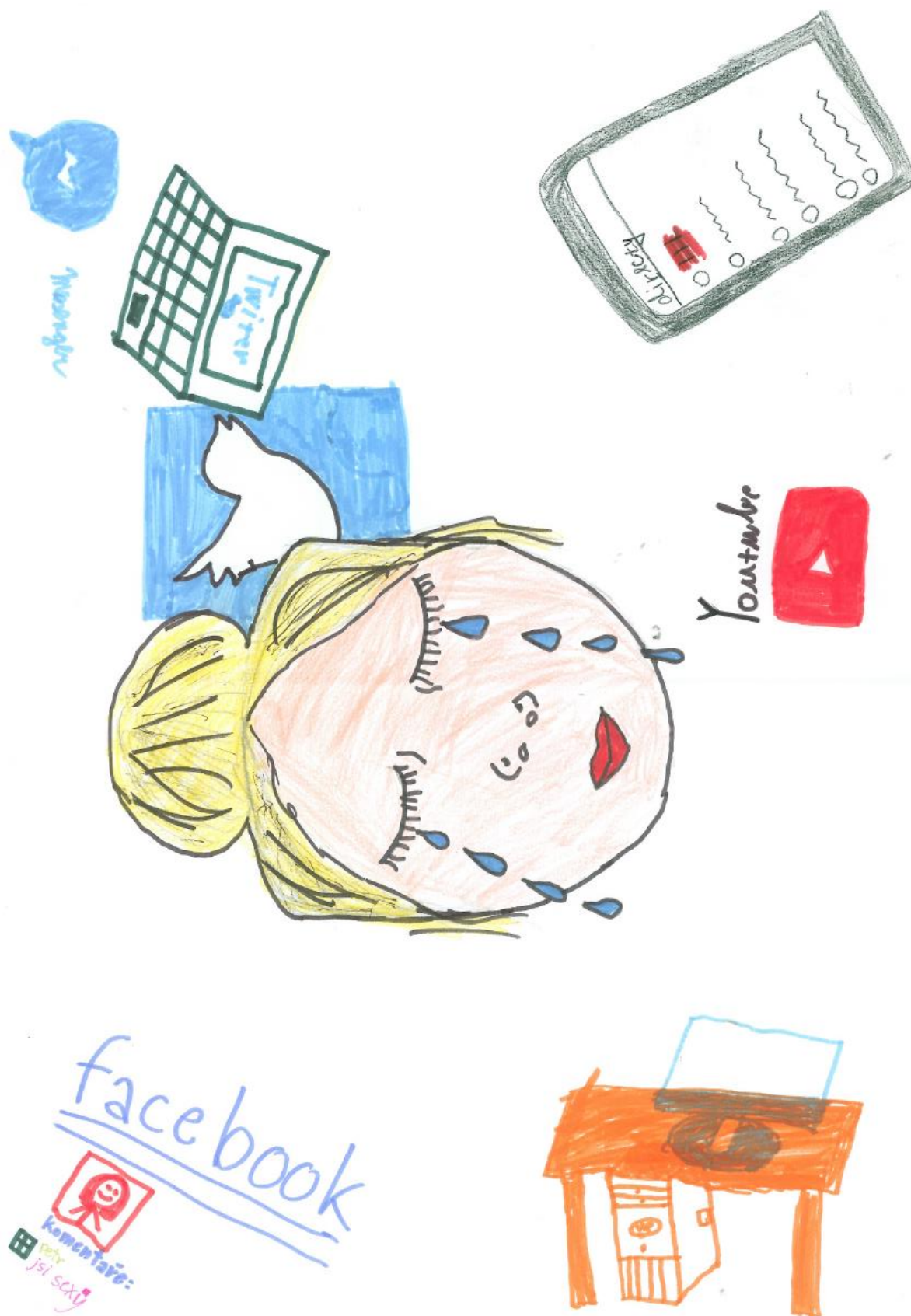
Příloha č. 9 – Osnova Preventivního výukového programu „Kyberšikana“

Příloha č. 10 – Dotazník

Příloha č. 11 – Osvědčení o absolvování Preventivního výukového programu „Kyberšikana“

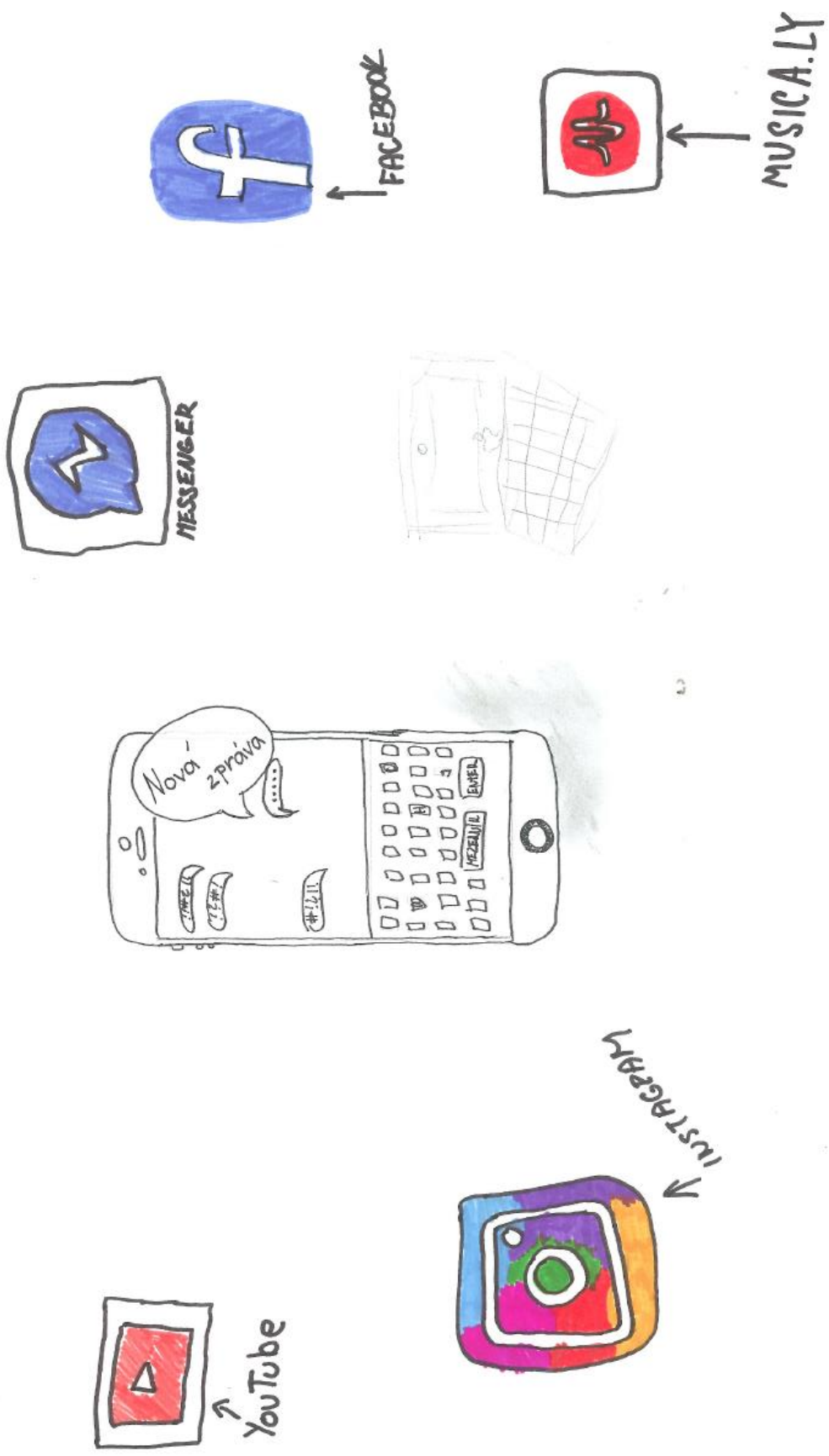
Příloha č. 12 - Struktura Preventivního programu KYBERŠIKANA – nebezpečné prostředí internetu

Příloha č. 1 - Myšlenková mapa třídy 6.C - a



Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.

Příloha č. 2 - Myšlenková mapa třídy 6.C - b



Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.

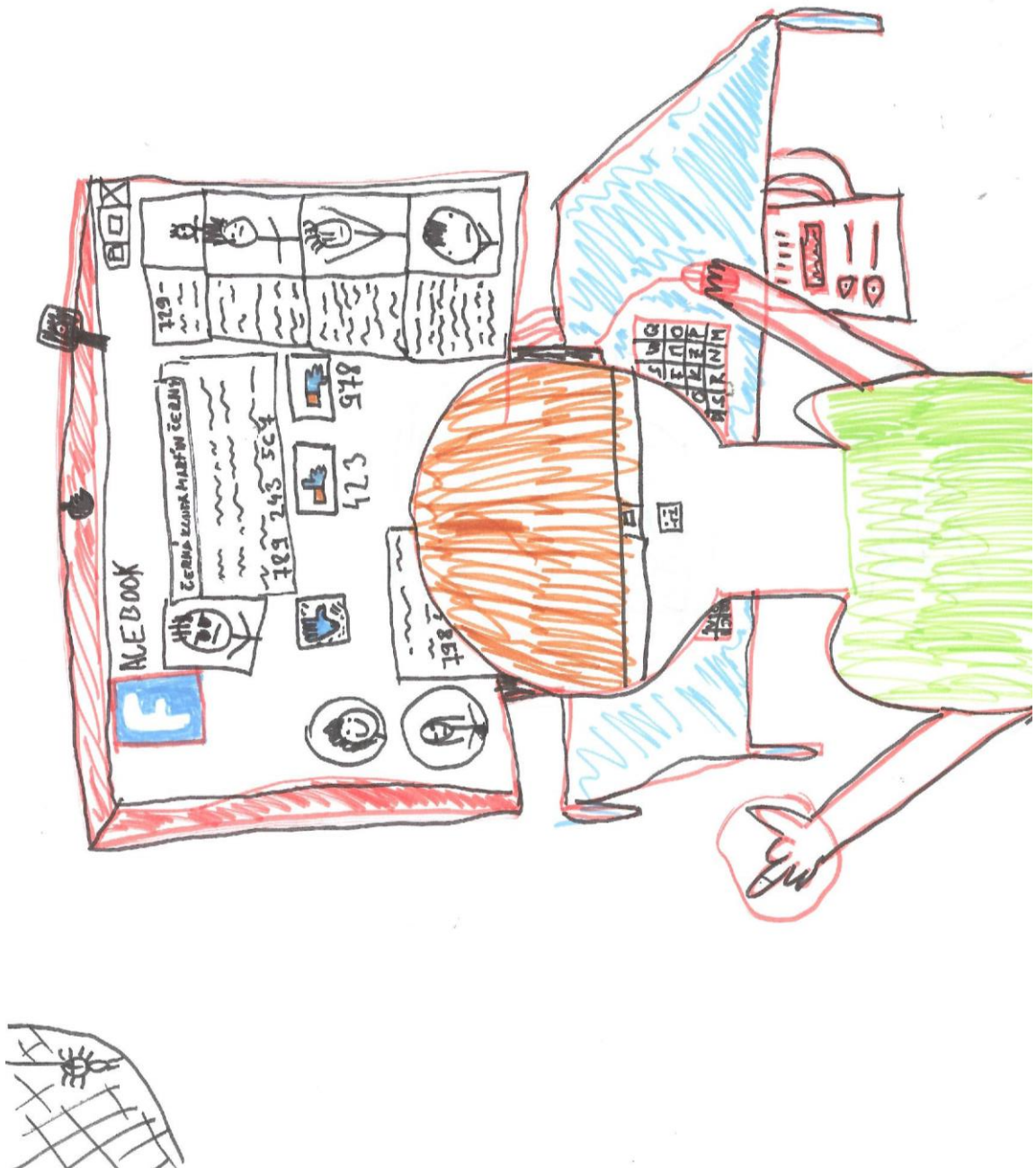
Příloha č. 3 - Myšlenková mapa třídy 7.A - a



Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.

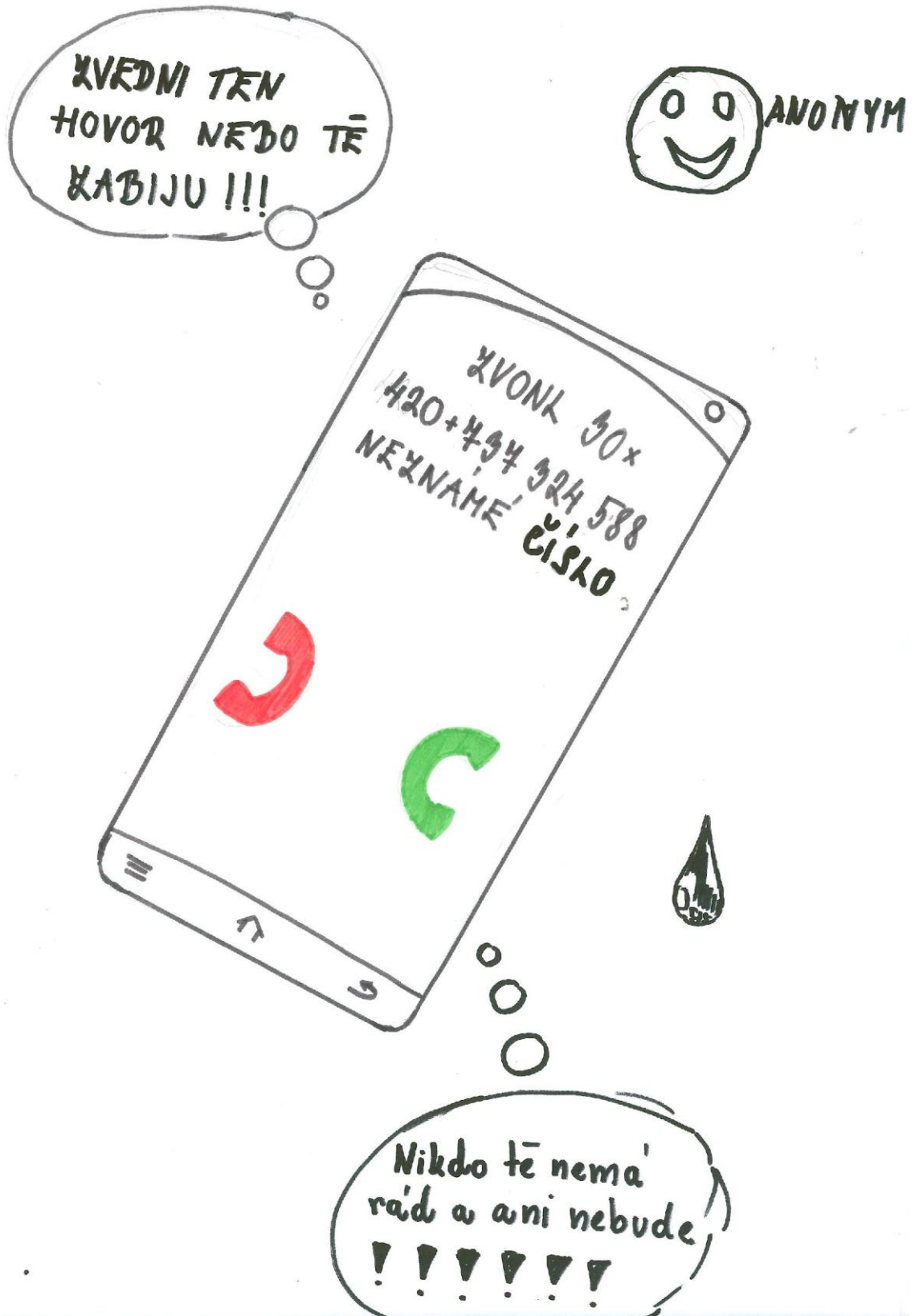


Příloha č. 4 - Myšlenková mapa třídy 7.A - b

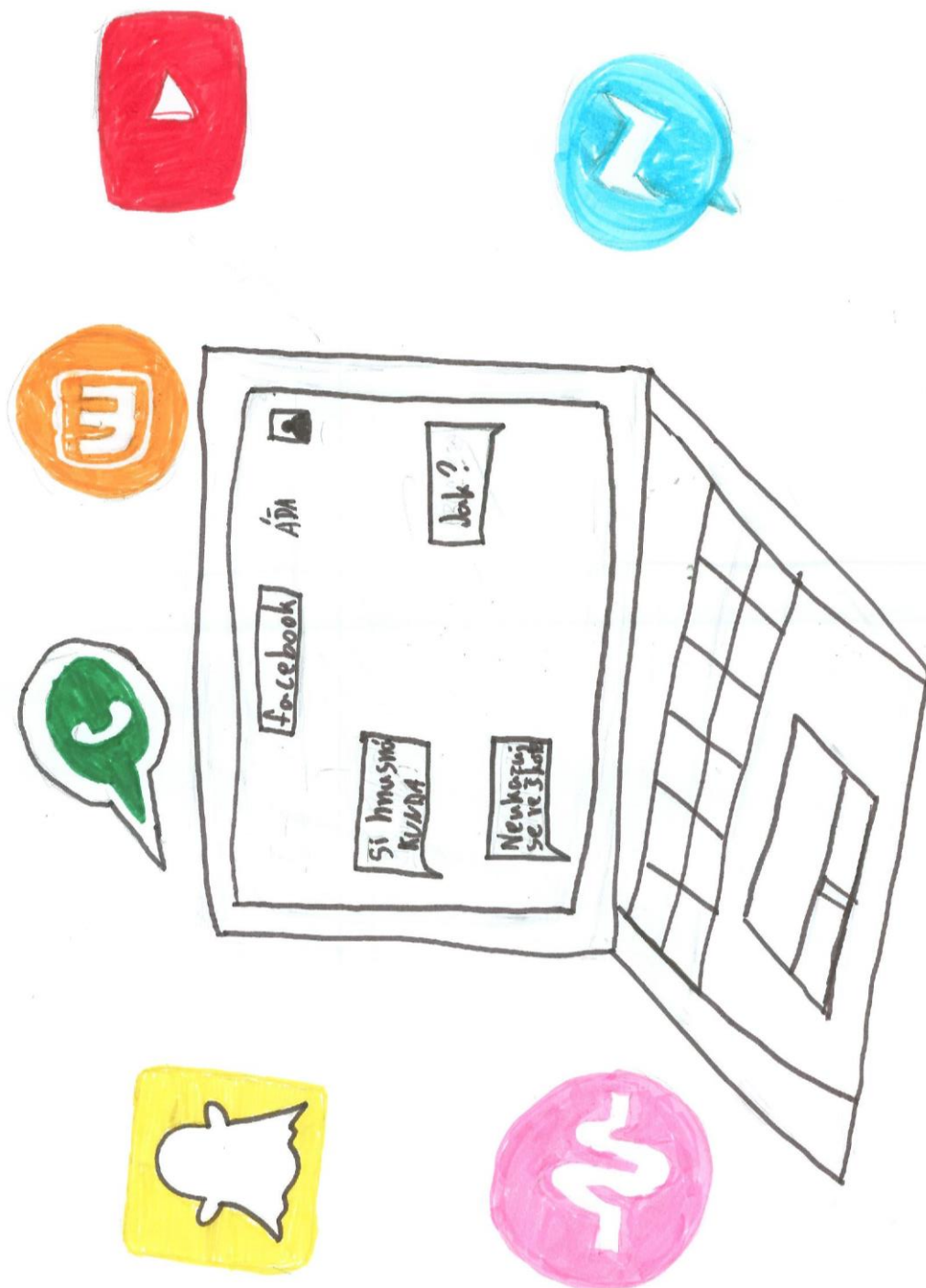


Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.

Příloha č. 5 - Myšlenková mapa třídy 7.B - a



Příloha č. 6 - Myšlenková mapa třídy 7.B - b



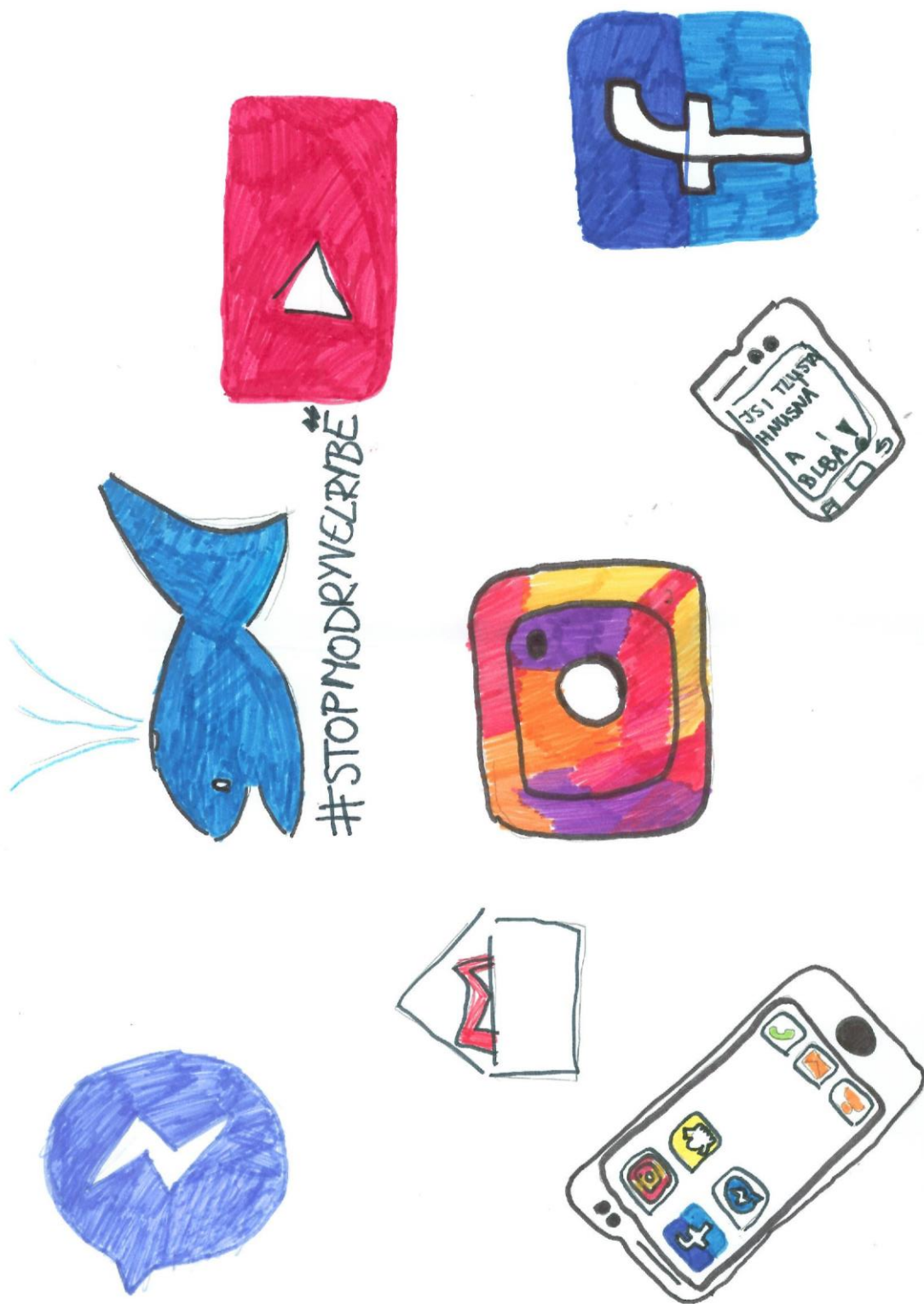
Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.

Příloha č. 7 - Myšlenková mapa třídy 7.C - a





Příloha č. 8 - Myšlenková mapa třídy 7.C - b



Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.

## **Příloha č. 9 - Osnova Preventivního výukového programu „Kyberšikana“**

### **ÚVOD**

#### **1. Základní informace**

- 1.1. Rozdíl mezi kyberšikanou a šikanou
- 1.2. Co je to kyberšikana
- 1.3. Možnosti a způsoby kyberšikany

#### **2. Sociální sítě**

- 2.1. Rozdělení sociálních sítí
- 2.2. Fakta o sociálních sítích

#### **3. Konkrétní případy a zkušenosti s kyberšikanou**

#### **4. Nástrahy informačních komunikačních technologií**

- 4.1. Digitální stopa + video
- 4.2. Kyberšikana v číslech (statistika)
- 4.3. Kyberšikana pomocí SMS
- 4.4. Důvody kyberšikany
- 4.5. Kdo může být agresor
- 4.6. Projevy kyberšikany
- 4.7. Následky kyberšikany
- 4.8. Video (Facebook vs. Realita)
- 4.9. Dotazník

#### **5. Desatero bezpečného používání internetu**

#### **6. Východiska pro pomoc**

- 6.1. Na koho se obrátit
- 6.2. Důležitá telefonní čísla
- 6.3. Linka bezpečí

#### **7. TVORBA MYŠLENKOVÝCH MAP – SKUPINOVÁ PRÁCE**

#### **8. ZÁVĚREČNÉ VIDEO (Amanda Todd)**

#### **9. ZÁVĚR A CELKOVÉ ZHODNOCENÍ**

#### **10. PŘEDÁNÍ OSVĚDČENÍ O ABSOLVOVÁNÍ**

Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.

## **Příloha č. 10 - Dotazník**

1. Nejste-li zrovna on-line, přemýšlíte, co budete dělat, až se znovu připojíte?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
2. Je internet ve vašem hodnotovém žebříčku na jednom z prvních třech míst?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
3. Zhorší se Vám nálada po tom, co se musíte odpojit od internetu?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
4. Zdá se Vám, že se hůř soustředíte, nejste-li on-line?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
5. Nezdá se Vám po odpojení od internetu svět značně neskutečný?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
6. Trávíte na internetu stále větší množství času?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
7. Potřebujete na internetu stále více času, abyste dosáhli toho, co chcete?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
8. Máte nepříjemné psychické, či fyzické pocity po tom, co se odpojíte?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
9. Chtěli jste snížit čas, který trávíte na on-line, ale nepodařilo se to?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
10. Myslíte, že se kvůli internetu vídáte méně s přáteli?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
11. I přes problémy, které jste měli kvůli používání internetu, jste on-line v nezmenšené míře?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
12. Omezili jste kvůli internetu nějaké své zájmy - sportovní, kulturní, rekreační?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
13. Měli jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých školních povinností?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
14. Zanedbáváte kvůli internetu důležité věci ve svém životě?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
15. Narušuje internet vztahy s významnými lidmi Vašeho života?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
16. Bráníte se nebo jste rozrušeni, když někdo kritizuje Váš internetový život?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
17. Vyčetl vám někdo, na jehož mínění Vám záleží, Váš internetový život?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
18. Cítíte úzkost, když nejste delší dobu připojeni na internet?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>
19. Zjistili jste někdy, že před ostatními skrýváte svůj internetový život?	<b>ANO</b>	<b>NE</b>

Zdroj: Vlastní výzkum, 2018.



# Osvědčení

o absolvování preventivního  
programu  
„Kyberšikana“

jméno a příjmení

.....  
školitel

.....  
datum



## **Příloha č. 12 - Struktura Preventivního programu KYBERŠIKANA – nebezpečné prostředí internetu**

**Anotace:** Preventivní program je zaměřen na prevenci kyberšikany a dalších rizik, které mohou žáky ohrozit při využívání informačních technologií a internetu. Má žáky před těmito riziky varovat, naučit je používat vhodné postupy při setkání s tímto fenoménem a informovat je o možnostech vyhledání pomoci.

**Cíle:** Seznámení s pojmem kyberšikana a vysvětlení jejích možných důsledků, projevu, bezpečný internet.

**Cílová skupina:** žáci 6. – 9. ročníku ZŠ

**Personální nároky:** proškolený pedagog

**Pomůcky:** Samolepky, arch velkého papíru, fixy, dataprojektor + počítač s připojením na internet

**Prostorové požadavky:** školní třída nebo multimediální učebna

**Výstupy z programu:** žáci po skončení programu umí vysvětlit pojem „kyberšikana“, dovedou vyspecifikovat možná rizika a nástrahy internetu, znají možnosti, jak tomuto nebezpečí předejít a umí se účinně bránit ohrožujícím faktorům internetového prostředí.

### **Úvod:**

Na samolepící štítek si žáci napíší svou přezdívku nebo heslo, pod kterým jsou vedeni na Facebooku (FB). Většina nějakou přezdívku či zkomoleninu jména má, pokud ne, mohou si vymyslet, jakou přezdívku by na Facebooku mohli používat. V průběhu programu oslovujeme žáky tímto způsobem.

### **Aktivita č. 1: Terorizující SMS**

„Pavle, jsi nejhlupejší z celé třídy a strašně smrdíš. Ani David už s tebou nechce sedět. Ani zítra nechod', jdi pryč!!!“

Text napíšeme na tabuli, přečteme a s žáky diskutujeme o možnostech, jak mohou reagovat, pokud jim podobná SMS přijde. Ptáme se, zda se někdo s takovou SMS již setkal apod.

Otázky: Jak by se žáci po té, co by dostali tuto SMS zachovali? Přečetli by ji někomu? Pokud ano, tak komu? Smáli by se tomu nebo by začali brečet? Šli by zítra do školy? Důležité je, abychom se v závěru programu k této SMS vrátili a znovu se ptali, jak by se žáci zachovali, pokud by jim byla podobná zpráva doručena. Měl by být vidět posun v řešení, žáci by měli zvládnout popsat správný postup na základě informací získaných v průběhu programu.

## **Aktivita č. 2:**

### **Varianta č. 1: Myšlenková mapa**

Zpracování myšlenkové mapy: ve skupinách na arch papíru formátu A2. Každé skupině, kterou tvoří 4 – 5 žáků zadáme jeden pojem z oblasti informačních technologií. Tento pojem vepíše do středu papíru a tvoří myšlenkovou mapu (píšou, co si s tímto pojmem spojují). Následuje prezentace všech skupin – 1 mluvčí za skupinu.

Pojmy pro skupiny:

- šikana
- kyberšikana
- internet
- Facebook
- potencionální nebezpečí
- e-maily všeho druhu

### **Varianta č. 2: Brainstorming na téma kyberšikana**

Společně se žáky zrealizujeme brainstorming k ústřednímu tématu našeho programu - kyberšikana. Zapisujeme asociace žáků na tabuli/flip chart a podněcujeme je, v případě potřeby, doplňujícími otázkami. Po ukončení brainstormingu společně se žáky jednotlivé asociace utřídíme do několika základních kategorií (pocity agresora, pocity oběti, média kyberšikany, projevy kyberšikany apod.).

Následně doplníme informace k tématu a ptáme se žáků na základní rozdíly mezi kyberšikanou a klasickou školní šikanou.

## **Aktivita č. 3:**

Prostřednictvím PowerPointové prezentace seznámíme žáky přístupnou formou s druhy kyberšikany, s výše uvedenými pojmy a s nebezpečnými fenomény typu FB a jiných sociálních sítí, s tím, kam se obrátit, co dělat, když se setkáme s kyberšikanou a s důležitými telefonními čísly a kontakty. Součástí prezentace je také promítnutí videí, proto je nutné připojení na internet, popřípadě si je předem stáhnout.

## **Aktivita č. 4:**

Cílem aktivity je upozornit žáky 1) prostřednictvím videa Facebook versus realita na rozdíly v online a off-line komunikaci. Internet je specifické prostředí, ve kterém se

chováme jinak, než při běžném kontaktu s okolím (chybí oční kontakt a další neverbální složky neverbální komunikace, stírají se rozdíly mezi generacemi, sociálními skupinami, anonymita apod.).

2) Prostřednictvím videa Blog Natalie Sadness upozorňujeme žáky na rizika spojená se sebe prezentací na internetu, s problematikou uveřejňování citlivých osobních informací, fotografií apod.

#### **Videa:**

- Facebook versus realita (YouTube, [cit. 2014-11-30] Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=22gUYhzG3iI>)

Cílem uvedeného videa je otevřít se žáky diskuzi na téma komunikace v online a offline prostředí. V čem se komunikace liší a jaká rizika nám přináší.

- některé epizody z dokumentu Seznam se bezpečně, který je určen dětem, jejich rodičům a pedagogům a zabývá se nástrahami internetu a nebezpečí, která jsou skryta za nejrůznějšími identitami. Délka celého dokumentu je 30 minut.

#### **Aktivita č. 5:**

Seznámení se s konkrétními případy obětí kyberšikany. Žáci se seznámí se příběhy dvou náctiletých dívek, které se staly obětí kyberšikany i klasické školní šikany, přičemž oba příběhy skončily tragicky sebevraždou.

Cílem aktivity je upozornit žáky na to, jak nevině může kyberšikana vzniknout a do jakých rozměrů se může posléze rozrůst. Zároveň prostřednictvím kazuistik seznámíme žáky s emocionálními prožitky oběti a důsledky šikanování na jeho osobu. V neposlední řadě se snažíme žáky upozornit, že agresor je za své chování trestně zodpovědný.

*Příběh č. 1.: Rebecca Ann Sedwick, 12 let, žákyně Crystal Lake Elementary School/USA*  
Spolužačky ji podrobily nejen klasické školní šikaně, ale doslova ji též terorizovaly prostřednictvím různých textových a fotografických odkazů, v nichž ji naváděly k sebevraždě: „Měla bys zemřít.“, „Proč se nejdeš zabít?“ atp. Popudem k takovému jednání byl údajně spor děvčat o chlapce, se kterým měla Rebecca jednu dobu chodit. Ačkoliv se Rebecca snažila nedávat na sobě nic znát, velice se trápila a trpěla depresemi. Projevily se u ní tendence k sebepoškození. Podřezala si zápěstí a byla hospitalizována v nemocnici. Nešťastná maminka Rebecy ve snaze dceři pomoci učila Rebecu po zbytek roku doma a zařídila, aby byla přeložena na jinou školu. Matka zrušila Rebecce účet na FB a změnila tel. číslo. Chvíli to proto vypadalo, že se vše vrací

do normálu. Potom, co se Rebecca tajně přihlásila na internet přes mobil (do nových aplikací Kik and Voxer a ask.fm), začala kyberšikana nanovo. Naposledy ji matka viděla, když večer ležela v posteli a posílala SMSky. Druhý den se Rebecca místo do školy ubírala cestou k opuštěné cementárně ve floridském Lakelandu, aby tam ukončila svůj život skokem z rampy. Ještě předtím však o svém záměru informovala stejně starého kamaráda přes internet („Skočím, už to dál nevydržím.“), ten ale nikomu nic neřekl. Podle úřadu šerifa vyšetřujícího případ Rebeccy budou dívky, které Rebeccu šikanovaly, pravděpodobně obviněny z realizace kyberšikany.

### *Příběh č. 2.: Amanda Tood*

Amanda byla jednou z obětí šikany a kyberšikany. Bylo jí sotva dvanáct let, když na chatu potkala muže, který ji přesvědčil, aby mohl on-line vyfotit její ňadra. O rok později začal Amandu vydírat: "Jestli se mi nepředvedeš celá, pošlu tvoje kozy všem“. Odmítla. Vzápětí se na Facebooku objevila stránka s jejími ňadry jako profilovým obrázkem.

Bleskově se rozšířila mezi Amandiny spolužáky a rozpoutala neochabující šikanu. Poté dívka změnila školu a přestěhovala se do jiného města, ale ani tam se jejím vztahům nedařilo. Jiní lidé, stejné trápení. I tady ji pronásledovala stará fotka a šikana. Trpěla a za celou dobu jí nikdo nedokázal účinně nabídnout spásnou pomocnou ruku - rodina, škola, kamarádky ani přátelé. Amanda trpěla více než tři roky, kdy se utápěla v depresích. Dvakrát se snažila spáchat sebevraždu, nevyšlo jí to. Až její třetí pokus vedl ke konci jejího života.

Teprve po smrti se o Amandiny problémy začalo zajímat okolí. Skupina hackerů Anonymous vytáhla na světlo boží údajného on-line vraha. Stejně jako to on udělal bezbranné dívce, hackeři o něm zveřejnili na internetu vše, včetně data narození a adresy. Šlo o 32 let starého muže z Britské Kolumbie (jedna z kanadských provincií - pozn. red.), který na chatu nabízel dospívajícím dívkám přátelské rady a poté jejich důvěry zneužíval k nafocení intimních fotek a vydírání. Vinu na Amandiny smrti však nenese jediný člověk. Na dívčině neštěstí se přiživila spousta nenávistných vrstevníků obojího pohlaví, kteří ji šikanovali stejně krutě. Příběh je známý také díky tomu, že Amanda krátce předtím, než spáchala sebevraždu, natočila svou osobní zpověď, kterou následně uveřejnila na internetu. (YouTube, [cit. 2014-11-30] Dostupné z: [https://www.youtube.com/watch?v=qDIKB2\\_RpuY](https://www.youtube.com/watch?v=qDIKB2_RpuY))

### **Aktivita č. 6:**

#### **Terorizující SMS**

Vrátíme se zpět k textu zprávy na tabuli a znovu se ptáme, jak by se žáci zachovali, pokud by jim byla podobná zpráva doručena.

### **Aktivita č. 7:**

**Desatero bezpečného internetu** – seznámení žáků se základními pravidly bezpečného užívání internetu. Aktivita může proběhnout buď formou prezentace ze strany pedagoga/lektora, nebo lze využít metodu brainstormingu a desatero sestavit společně se žáky (případně doplnit další ještě nezmíněná pravidla).

### **Závěr:**

**Varianta 1:** Vyplnění evaluačních dotazníků s těmito otázkami:

- 1) Jak jste byli spokojeni s dnešním programem?
- 2) Setkali jste se někdy s nějakou formou kyberšikany? (pokud ano, tak jakou)
- 3) Víte, jak se ubránit kyberšikaně?

### **Varianta 2:**

Závěrečné zhodnocení programu žáky probíhá v kruhu. Všichni žáci se postupně vyjádří k celému průběhu programu, zhodnotí, zda se dozvěděli něco nového, zda a co je na programu zaujalo, zda účast programu povede k jejich větší osobní zodpovědnosti při užívání internetu apod.

Zdroj: © CENTRUM INKLUZE, 2016.