



Zdravotně
sociální fakulta
Faculty of Health
and Social Sciences

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

Šikana a kyberšikana u dětí staršího školního věku ve sportovních klubech

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Studijní program:

REHABILITACE

Autor: Tereza Ševčíková

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

České Budějovice 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci s názvem „**Šikana a kyberšikana u dětí staršího školního věku ve sportovních klubech**“ jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské/diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby 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 04. 05. 2021

.....

Ševčíková Tereza

Poděkování

Ráda bych touto cestou chtěla poděkovat své vedoucí bakalářské práce Mgr. Ing. Renatě Švestkové, Ph.D. za, její cenné rady, ochotu a příjemné vedení. Dále bych chtěla poděkovat rodině za podporu a trpělivost po celou dobu mého studia. Také děkuji trenérům sportovních klubů za jejich ochotu a spolupráci při rozhovorech.

Šikana a kyberšikana u dětí staršího školního věku ve sportovních klubech

Abstrakt

Bakalářská práce je zaměřena na šikanu a kyberšikanu u dětí staršího školního věku ve sportovních klubech.

Teoretická část definuje rizikové chování u dětí a mládeže, a to zejména šikanu a kyberšikanu. Dále je zde charakterizován psychický a fyzický vývoj dítěte, organizace zaměřené na pohyb a sportovní aktivity dětí a v neposlední řadě sportovní kluby moderní gymnastiky.

Ke zpracování bakalářské práce byl využit kvalitativní typ výzkumu. Pro kvalitativní výzkumné šetření byla použita metoda dotazování, technika polostrukturovaného rozhovoru. Výzkumný soubor tvořili trenéři pracující s dětmi staršího školního věku v klubech moderní gymnastiky v rámci Jihočeského kraje, které spadají pod český svaz moderní gymnastiky. Na základě výsledků bylo zjištěno, že trenéři spíše vědí, jak postupovat při šetření šikany a kyberšikany. Dále bylo zjištěno, že trenérům není poskytnut metodický plán, jak správně postupovat. Pokud by byla trenérům nabídnuta účast na preventivního programu, většina z nich by se zúčastnila.

Výsledky této bakalářské práce mohou být zajímavým podkladem pro širší výzkum šikany a kyberšikany ve sportovních klubech. Dále pak mohou být inspirací pro trenéry či metodickým materiálem pro zpracování preventivního programu pro dětské sportovní kluby. V neposlední řadě mohou být zajímavým podnětem pro rodiče dětí, které takové kluby navštěvují.

Klíčová slova

šikana; kyberšikana; děti staršího školního věku; sportovní kluby; sociální sítě

Bullying and Cyberbullying Among Secondary School Children in the Sport Clubs

Abstract

The bachelor thesis addresses the Bullying and Cyberbullying Among Secondary School Children in the Sport Clubs.

The theoretical part defines risky behaviour of children and teenagers, in particular bullying and cyberbullying. It also contains characterization of the psychological and physical development of the child, organizations focused on the physical and sporting activities of children and last, but not least sports clubs of modern gymnastics.

To prepare research part of bachelor thesis a qualitative type of research was used. Qualitative research was conducted by a method of interviewing, a technique of semi-structured interviewing. The research group consisted of coaches working with Secondary School Children in modern gymnastics clubs within the South Bohemian Region, which are part of the Czech Union of Modern Gymnastics. Based on the results, it was found that coaches rather know how to handle investigations of bullying and cyberbullying. Furthermore, it was found that the coaches were not given a methodological plan on how to proceed properly. If coaches were offered participation in the prevention programme, most of them would participate.

The results of this bachelor thesis can provide an interesting basis for wider research into bullying and cyberbullying in sports clubs. Furthermore, it can be an inspiration for coaches or for a methodological material, for the development of a preventive programme for children's sports clubs. Finally, it can be an interesting incentive for parents of children who attend such clubs.

Key words

Bullying; cyberbullying; secondary school children; sport clubs; social site

OBSAH

Úvod	8
1 Rizikové chování	9
2 Šikana a kyberšikana.....	11
2.1 Šikana.....	12
2.1.1 Formy šikany	13
2.1.2 Typy agresorů	14
2.1.3 Stupně šikany.....	15
2.1.4 Oběť'.....	16
2.2 Kyberšikana	16
2.2.1 Základní prvky kyberšikany	18
2.2.2 Typy kyberagresorů	19
2.2.3 Oběť'	20
2.2.4 Kde probíhá kyberšikana?	20
2.3 Prevence a šetření šikany a kyberšikany.....	22
3 Děti staršího školního věku	23
3.1 Fyzický vývoj v období dospívání.....	23
3.2 Psychický vývoj dítěte v období dospívání	24
3.3 Prostředí v období dospívání	24
3.4 Socializace v období dospívání.....	25
4 Pohyb, sportovní aktivity u dětí a mládeže.....	26
4.1 Strategické dokumenty sportu	27
4.2 Organizace věnující se amatérskému sportu s dětmi staršího školního věku	27

4.3	Sport ve školských zařízeních	28
4.4	Nestátní neziskové organizace pracující s dětmi a mládeží.....	28
4.5	Organizace věnující se profesionálnímu sportu s dětmi staršího školního věku	29
5	Současná organizační struktura sportovního prostředí v ČR.....	30
6	Sportovní kluby moderní gymnastiky.....	31
6.1	Historie moderní gymnastiky.....	31
7	Metodika výzkumu	33
7.1	Cíle práce	33
7.2	Výzkumné otázky	33
7.3	Výzkumné metody a technika sběru dat	33
7.4	Popis výzkumného souboru	34
7.5	Realizace výzkumu a etika výzkumu.....	34
8	Výsledky výzkumu.....	36
9	Diskuse	44
10	Závěr	48
11	Seznam použitých zdrojů	50
12	Seznam příloh.....	57
13	Seznam zkratk	58

Úvod

Šikana je velkým problémem současné společnosti. Šikana označuje fyzické i psychické omezování či týrání jedince v kolektivu, respektive ve společnosti. Dochází k ní bohužel ve všech skupinách věkových i sociálních, a dokonce napříč mezi nimi. Novodobou formou šikany je kyberšikana, kterou definujeme jako šikanu prostřednictvím elektronických médií. Kyberšikana slouží k agresivnímu a záměrnému poškození uživatele těchto médií. Šikana i kyberšikana mohou dítěti způsobit doživotní trauma a také řadu sociálních problémů (navazovat kontakty s ostatními, důvěřovat okolí apod.). Inspirací pro výběr tohoto tématu mi byla vlastní zkušenost v rámci trénování ve sportovním klubu moderní gymnastiky, kdy jsem osobně měla řešit výskyt šikany a kyberšikany u svých dětí a nevěděla jsem, jak správně postupovat. Uvědomila jsem si, že v rámci zaškolování trenérů Český svaz moderní gymnastiky neposkytuje další vzdělávání, zaměřuje se jen na vzdělávání v oblasti trenér a rozhodčí. Z tohoto důvodu jsem chtěla zjistit, zda trenéři mají zkušenosti s výskytem šikany a kyberšikany ve svých oddílech a zda ví, jak správně postupovat v dané situaci. Dále jsem chtěla zjistit, zda by trenéři uvítali nějaké další vzdělávání v oblasti práce s dětmi a mládeží. Tato bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část.

Teoretická část je rozdělena do 6 kapitol. První dvě kapitoly se zabývají rizikovým chováním, a to zejména šikanou a kyberšikanou. Ve třetí kapitole je popsán psychický a fyzický vývoj dítěte staršího školního věku a vliv prostředí a socializace dítěte v něm. Čtvrtá a pátá kapitola je zaměřena na pohyb dítěte a na organizace zaměřené na sportovní aktivity, které dítě provozuje. Šestá kapitola pak popisuje sportovní kluby moderní gymnastiky. Praktická část je rozdělena do 5 kapitol. Nejprve jsou popsány hlavní cíle a dále pak z nich odvíjející se výzkumné otázky. Další kapitola nabízí popis výzkumu a metodického postupu prostřednictvím popisu výzkumného nástroje, způsobu sběru dat, časového harmonogramu a způsobu zpracování výsledků. Výsledky, které byly získány v rámci výzkumu, jsou představeny v deváté kapitole, následuje kapitola desátá, věnovaná diskusi. V poslední kapitole s názvem „Závěr“ shrnuji výsledky výzkumu a uvádím doporučení pro praxi. Přílohy přidané k bakalářské práci tvoří vzor rozhovoru, souhlas s poskytnutím rozhovoru, ikony aplikací a internetových sítí, tabulky a obrázky. Výsledky této bakalářské práce mohou být zajímavým podkladem pro širší výzkum šikany a kyberšikany ve sportovních klubech.

1 Rizikové chování

V této bakalářské práci se zaměřuji na rizikové chování dětí v období dospívání. V současné době moderní společnost klade stále větší požadavky a nároky na jedince. Výsledkem nezvládnuté situace může být rizikové chování (Sobotková a kol., 2014). Jak uvádí Procházka (2012), sociální patologie je jevem multidisciplinárním, je předmětem studia mnoha oborů, jako je např. sociologie, speciální pedagogika, psychologie, sociální pedagogika atd. Tyto obory pak zaujímají k sociální patologii postoj vycházející z jejich primárního zaměření. Rizikové chování se stalo klíčovým pojmem pro sociálně patologické jevy. Sociálně patologické jevy jsou takové, které porušují historicky vybudované hodnoty a normy dané společností a narušují tak bezkonfliktní soužití společnosti (Procházka, 2012).

Rizikového chování rozdělujeme na několik typů, které se pohybují na škále od extrémních projevů „běžného“ chování až po projevy chování na hranici patologie (Bělík, 2017). Miovský a kol. (2010) definuje rizikové chování jako chování, kdy v důsledku dochází k prokazatelnému nárůstu zdravotních, sociálních, výchovných a dalších rizik pro jedince nebo společnost. Sobotková a kol. (2014) charakterizuje rizikové chování jako projevy chování jedince, které jsou ohrožující pro něj samotného, ale zároveň mohou působit ohrožujícím způsobem pro společnost. V souvislosti s rizikovým chováním také mluvíme o chování problémovém, asociálním, antisociálním apod. Tyto typy chování mají příčiny z hlediska psychologického, biologického či sociálního (Sobotková a kol., 2014). Dále autorka uvádí, jednotlivé typy rizikového chování např. záškoláctví, vandalismus, extremismus, rasismus, šikanu a kyberšikanu, lhaní, agresivitu, násilné chování, xenofobii, sexuální závislost apod.

Vágnerová (2014) uvádí, že rizikové chování lze rozdělit na dvě úrovně – neagresivní a agresivní. Neagresivní forma se charakterizuje překročením sociálních norem bez potřeby fyzického ublížení druhému. Řadíme sem např. lhaní, záškoláctví a toulání. Agresivní formu autorka charakterizuje jako závažnější poruchu chování, kdy jedinec ubližuje druhým. Typem agresivní formy je šikana, vandalismus, rvačky a další násilí. Podstata definice rizikového chování spočívá v tom, že se dané chování odklání od společensky uznávaných norem. Rozdílnost definice v užším pojetí souvisí s tím, z jakého pohledu je rizikové chování chápáno např. z pohledu sociologie, medicíny, pedagogiky nebo psychologie (Širůčková, 2015). Definice, kterou uvádí Širůčková (2015) připouští

rizikovitost chování podle proměnlivosti, variability a odchylnosti od normálu. Miovský (2010) naopak dává důraz na závažnost rizikového chování, která se podle něj negativně promítá ve společnosti a v životě jedince.

Danou problematikou se zabývá Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (dále jen MŠMT), které vydalo metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních. V metodickém doporučení definuje základní formy rizikového chování:

- *Agrese, šikana, kyberšikana a další rizikové formy komunikace prostřednictvím multimédií, násilí, vandalismus, intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus a xenofobie, homofobie;*
- *záškoláctví;*
- *závislostní chování, užívání všech návykových látek, netolismus, gambling;*
- *rizikové sporty a rizikové chování v dopravě, prevence úrazu;*
- *spektrum poruch příjmu potravy;*
- *negativní působení sekt;*
- *sexuální rizikové chování (MŠMT, 2010, s. 6).*

V kontextu tématu, kterým se zabývám v první kapitole bakalářské práce, se dále budu věnovat pojmům šikana a kyberšikana. Tyto dva patologické jevy jsou v dnešní společnosti velice řešené téma nejen ve školním, ale i ve sportovním prostředí.

2 Šikana a kyberšikana

Tradiční šikana a kyberšikana mají mnoho společných znaků. Společné mají to, že se jedná o negativní vztahy mezi lidmi. Je nutné tyto jevy řešit od zárodku, aby se neprohlubovaly (Willard, 2007).

Kyberšikana se liší od klasické fyzické šikany, tak jak se liší virtuální svět od světa reálného. Tyto dva jevy mají své specifické vlastnosti, které lze velmi dobře rozlišit. U šikany se agresor konfliktu přímo účastní, zatímco při kybernetickém útoku je agresor anonymní, spoléhá na to, že na něj nikdo nepřijde. Agresor se může nacházet kdekoli, kde má přístup k internetu (Černá a kol., 2013). Dále autorka uvádí, že největší odlišností je ta, že kyberšikana se může odehrávat kdykoli a kdekoli, zatímco šikana se odehrává ve stejný čas a na stejném místě (Černá a kol., 2013).

U šikany a kyberšikany nezáleží na věku, fyzické síle, pohlaví, či postavení ve společnosti. Z mnohých výzkumů šikany a kyberšikany vyplývá, že oběti „tradiční“ fyzické šikany se stávají i oběťmi kyberšikany. Oběťmi kyberšikany se často stávají ty oběti, které na internetu tráví více času a jsou velmi málo informováni o internetových rizicích. Autorka dále uvádí, že se agresor klasické šikany může stát obětí kybernetické šikany a role agresora a oběti se vzájemně promění (Černá a kol., 2013). Agresorem se může stát kdokoli, kdo umí pracovat s komunikačními a informačními médii (Černá a kol., 2013). Agresor si při školní šikaně, ale i na internetu může vybrat osobu, která je na první pohled nejvíce zranitelná (Hollá, 2016).

Tyto osoby se dle Černé a kol. (2013) nazývají tzv. pasivními oběťmi a mají následující znaky:

- Snížená asertivita;
- neoblíbenost ve skupině, pracovním kolektivu apod;
- mají často strach komunikovat s ostatními jedinci;
- nevyhledávají aktivní společnost;
- fyzická nezdatnost.

O podstatě šikany a kyberšikany se dá říct, že je stejná. V čem tkví tedy zásadní rozdíl? Podle Koláře (2011) je hlavní rozdíl ve dvou věcech:

- Tradiční šikana se odehrává tváří v tvář, v přímém kontaktu a prostoru – zatímco kyberšikana probíhá v tzv. kyberprostoru (ve virtuálním světě).
- Kyberšikana využívá oproti tradiční šikaně účinnější zbraně, jako jsou např. dopisy, telefony neboli „zbraně hromadného ničení“ – internet a mobil.

Tyto rozdíly dělají kyberšikanu neprostupující a všudypřítomnou. Oběť před ní nedokáže utéct a není nikde v bezpečí, může být pronásledována klidně i 24 hodin denně.

2.1 Šikana

Pojem šikana je starý jako samo lidstvo. Svoji nadřazenost si každý člověk chtěl dokázat různými způsoby. Toto patologické jednání je zakódováno v každém z nás a je jen na nás, jak s tím pracujeme. Šikana je všudypřítomná a provází nás celý život. Jako první v českém prostředí zavedl pojem šikana pražský psychiatr Příhoda, který poukázal na výskyt šikany v tehdejší Československé lidové armádě (Říčan, 1995). Vždy se ve společnosti vyskytoval jedinec, který byl slabší, anebo silnější. Říčan (1995, s. 26) definoval šikanu jako *Když jedno dítě nebo skupina dětí říká jinému dítěti ošklivé a nepříjemné věci, bije je, kope, vyhrožuje mu, zamyká je v místnosti a podobně. Tyto incidenty se mohou často opakovat a pro šikanované dítě je obtížné, aby se samo ubránilo. Jako šikanování mohou být označeny také opakované posměšky nebo ošklivé poznámky o rodině. Jako šikanování však obvykle neoznačujeme rvačku nebo hádku přibližně stejně fyzicky vybavených soupeřů.* Rejzek (2012) pojem šikana dává také do kontextu s malicherným sporem, ze kterého může vzniknout šikana (Rejzek, 2012).

Následně Kolář (2011, s. 17) tuto definici doplňuje o to, že *Demokracie ve společnosti stojí a padá na rovnoprávnosti vztahů mezi jejími členy a skupinami. Pro vztah, který označujeme jako šikanování, je příznačná naprostá asymetrie sil, kdy mocnější zneužívá slabšího a pošlapává jeho práva.* Se šikanou se můžeme setkat kdekoliv, kdykoliv po celý život. Oběťmi mohou být děti, dospělí, senioři. Agresorům nezáleží na věku, pohlaví či etnické skupině. Šikana je ve společnosti rozšířená a jejím výsledkem je poškozování zdraví oběti, rodiny a společnosti vůbec (Kelarová, 2010). Podle Geisslerové (2012) se šikana objevuje zejména ve školním prostředí. Šikana má stejně jako jakékoliv jiné záměrně páchané násilí silný a trvalý vliv na duševní zdraví jedince. Říčan (2010) uvádí,

že šikana je úmyslné ubližování druhému, kdo se nemůže nebo nedovede bránit. Jedná se o opakované jednání.

Dále rozumíme šikanování jako ubližování mezi těmi, kteří jsou ve stejném postavení, například ve škole mezi žáky nebo studenty, ve sportovním oddíle mezi sportovci apod. Mezi agresorem a obětí vzniká osobní asymetrický vztah moci, což znamená, že oběť ví, kdo je agresorem, bojí se ho a je závislá na jeho rozmarech. Pro definici šikany je zásadní nemožnost a neschopnost obrany. V souvislosti s pojmem šikana je nutné neplést si tento pojem s pojmem teasing. Martínek (2015) v souvislosti s šikanováním zmiňuje tzv. teasing (pošťuchování) mezi dětmi. Teasing je charakterizován jako chování, které šikanu pouze připomíná, jedná se o nevinné škádlení, jako např. když chlapci provokují děvčata a ty později chodí žalovat učitelům, ti však vidí, že jde o stěžování pouze formální. Toto chování je na základních školách mezi dětmi běžné, ale pro učitele je dost těžké posoudit, zda se jedná o šikanování nebo jen o teasing (Martínek, 2015). Již v dřívější době Kolář (2001) uvádí nový druh šikany tzv. kyberšikanu, která je s šikanou úzce spjata (Kolář, 2001).

Příčiny a důvody šikany bývají rozmanité jako její projevy. Příčiny bývají individuální, jak u agresora, tak i u obětí. Většinou bývá motivem „bavení“ třídy, předvádění se před ostatními. Mezi další motivy patří pocit moci, nadřazenosti a uspokojení z týrání (Říčan, 2010).

2.1.1 Formy šikany

Šikana se rozděluje na přímou a nepřímou. Šikana přímá spočívá zejména v násilí všeho druhu: bití, bodání, kopání, ponižující tělesné manipulaci, obnažování, poškozování a braní osobních věcí, ve slovním napadání, v zotročování atd. V nepřímé šikaně vzniká sociální izolace jedince, kterého druzí neberou na vědomí, se kterým se nemluví, je vylučován z činností skupiny atd. Nepřímá šikana je někdy trýznivější než přímá šikana. Tato forma šikany je nejčastěji používána dívkami. Jedinec se snaží zavděčit a přizpůsobit, může např. začít zlobit atd. (Říčan, 2010).

Podle Koláře (2011) lze šikanu rozdělit do tří základních skupin. Základní dělení zahrnuje šikanu přímou a nepřímou, šikanu fyzickou a verbální a šikanu aktivní a pasivní. V kombinaci těchto druhů šikan můžeme definovat následující formy šikany:

- **Fyzická aktivní přímá** – agresor či skupina agresorů se aktivně zapojují do šikanování.
- **Fyzická aktivní nepřímá** – iniciátor ustupuje v rámci šikanování do pozadí a na základě příkazů činí příkoří jeho pomocníci.
- **Fyzická pasivní přímá** – agresor používá fyzické násilí k bránění oběti v uspokojování jejích potřeb.
- **Psychická aktivní přímá** – oběť je vystavena urážkám a zesměšňujícím poznámkám.
- **Psychická aktivní nepřímá** – cílem je co nejvíce zostudit oběť, agresor využívá pomluvy a urážky.
- **Psychická pasivní přímá** – dochází k odtrhávání oběti od skupiny, jejímu ignorování, skupina není ochotna oběti nic půjčovat a nejeví o ni jakýkoliv zájem, dochází k izolaci oběti.
- **Psychická pasivní nepřímá** – oběť je izolována v rámci kolektivu, vše je sváděno na ni.

Na šikanu lze ještě dle Koláře (2011) nahlížet v kontextu dalších kritérií, například podle typu agrese; věku a typu školy; genderového pohledu; způsobu řízení školy a specifických potřeb aktérů.

2.1.2 Typy agresorů

Agresor je označován za fyzicky zdatného jedince, který se rád předvádí a prezentuje svou sílu nad ostatními. Bývá bezohledný, neukázněný, neschopný empatie a za své chování se necítí vinen. Agresor často sám trpí potlačovaným komplexem. Ve většině případů se jedná o děti z řad psychopatických nebo sociálně slabých jedinců. Lze se setkat i s jedinci z řad vysoce postavených rodin, kteří citově strádají. Vyskytující se agresivita bývá projevem pouze mezi kamarády, doma bývají vedeni tvrdou rukou (Moa-jc.cz). Agresoři se vyznačují z hlediska svých charakteristik poměrně velkou variabilitou. Je možno uvést, že dítě pokračuje v šikanování i po svém přeložení na jinou školu (Elliotová, 2000). Autorka dále uvádí, že není vždy pravidlem, že šikanují jedinci tělesně zdatnější. Setkáváme se i s šikanou od inteligentních žáků nižšího věku. Bez rozdílu pro všechny šikanující je charakteristické, že se u nich projevuje snaha ovládat druhé, manipulovat

s ostatními a bezostyšně se prosazovat. Převážná část agresorů šikanuje ostatní, protože mají sami problémy (Elliotová, 2000). Podle Koláře (2011) jsou nejčastěji agresori „těmi silnými“ jedinci, kteří umí skrývat strach i před sebou samými.

Kolář (2001) agresory rozděluje z diagnosticko-nápravného hlediska do tří typů:

- **První typ** – nectí jakoukoliv autoritu, je hrubý a impulsivní. Charakterizuje se tvrdostí a nelítostností, vyžaduje bezpodmínečnou poslušnost. Agresor je často potomkem brutálních a agresivních rodičů.
- **Druhý typ** – agresor je kultivovaný, milý, slušný. Projevuje se v sexuální rovině sadistické tendence. Tento typ agresorů je rafinovaný a vše si dopředu naplánuje. Agresor je vychováván ve vojenském duchu a v rodině bez lásky.
- **Třetí typ** – tento typ je oblíbený mezi učiteli i žáky, optimistický srandista. Svoji oběť šikanuje pro pobavení nejen sebe, ale především ostatních.

2.1.3 *Stupně šikany*

Kolář (2005, 2011) a další autoři, např. Martínek (2015), Procházka (2012), Machová a Kubátová a kol. (2016) shodně rozdělují šikanu na pět stupňů.

- **Ostrakizace** – mírné, psychické šikanování neoblíbeného jedince ve třídě. Jedinec je odmítán a ostatní se s ním nebaví, spřádají proti němu intriky. Ostrakizování je zárodečná podoba šikany, která může později vést k jejímu prohloubení.
- **Fyzická agrese a přitvrzování manipulace** – typické je přitvrzení manipulace a fyzického útlaku proti danému jedinci. Nejčastěji se tak stává při náročných situacích ve třídě, kdy si agresori kompenzují své pocity na obětech. V dalším případě šikanují z důvodu nudy např. na výletech, letních táborech ...
- **Vytvoření jádra** – nastane, při nezastavení prvních dvou fází. Vytvoří se skupina agresorů, kteří spolupracují a systematicky šikanují oběť.
- **Přijetí norem agresora** – pokud se nevyskytne nějaká skupina, která by se zastala oběti, dochází k přijetí normy agresorů. Dokonce i mírní žáci se přidají k šikaně samotné.
- **Totalita, dokonalá šikana** – chování agresorů bylo přijato, ztratili veškeré zábrany. Do týrání se aktivně zapojují všichni žáci, tím šikana začíná být hlavním předmětem třídy, kdy se třída rozdělí na otroky a otrokáře. Tento stupeň se nejčastěji vyskytuje ve vojenském prostředí, ve věznicích apod.

2.1.4 *Oběť*

Kolář (2005, 2011), Procházka (2012, s. 159) a další autoři uvádí, že kdokoliv z nás se může stát obětí šikany. Závažnost poškození a dopady šikany na oběť závisí zejména na intenzitě šikanování. Dále závisí na úrovni obranyschopnosti dané oběti (Martínek, 2015). Kolář (2001) charakterizuje oběti jako jedince, kteří ve střetech ztrácejí hlavu, propadají výčítkám svědomí, panice malomyslnosti apod. Dle autora si oběť odnáší do života nejen tělesnou, ale i duševní újmu. Proto je velice důležité, po zjištění a vyřešení šikany s obětí pracovat a dodávat jim sebevědomí (Martínek, 2015).

Martínek (2015) rozděluje oběti do čtyř typů:

- **Oběť na první pohled** – děti slabé, bojácné, neumí se prosadit, jsou zamlklé, osamocené, neumí se bránit – utečou nebo začnou plakat.
- **Oběti setrvávající dlouhou dobu pod křídly matek či babiček** – rodič nedokáže přijmout, že dítě dospívá a osamostatňuje se, všude na ně dohlíží, vše za ně vyřizuje.
- **Handicapované děti** – snadná oběť, malá integrace do společnosti.
- **Učitelské děti** – nejčastější oběti, spolužáci dítěti nevěří, myslí si, že má určité výhody.

Říčan, Janošová (2010) konstatují, že agresor nešikanuje oběť za účelem výhod z trýznění oběti, ale i kvůli spolužákům, kterým chce předvést svoji moc. Šikana vyvolává ve třídě nervozitu a úzkost, děti, které jsou svědky šikany, pozorují, jak se dějí nepovolené a zakázané věci, které jsou pro ně zajímavou podívanou (Říčan, Janošová, 2010).

2.2 *Kyberšikana*

Jak již uvedl Kolář (2001) s rozvojem moderních technologií se setkáváme s novým pojmem šikany tzv. kyberšikanou, která je s šikanou úzce spjata. Autor dále konstatuje, že motivací pro chování agresora je ve většině případů snaha ublížit, zesměšnit a zranit někoho. V kyberprostoru nejde o věk, pohlaví, sílu, váhu či o postavení jedince ve společnosti. Zde si agresor může vymyslet svoji vlastní identitu, která je zcela smyšlená a nemá s ním nic společného (Kolář, 2001).

Kyberšikana je považována za novodobý fenomén, existuje řada definicí. Patchin (2016) uvádí, že pojem kyberšikana jako první použil Bill Belsey, který kyberšikanu definoval

jako úmyslné, opakované a zcela nepřijatelné nepřátelské chování s cílem poškodit ostatní osoby pomocí informačních a komunikačních prostředků. Kyberšikanu Dehue (2008) definuje jako trýznění, ponižování a ztrapňování druhých, které je realizováno pomocí internetu a digitálních technologií či mobilních telefonů. Krejčí (2010) definuje kyberšikanu jako obtěžování, ponižování, a ztrapňování apod. za pomoci mobilních telefonů či digitálních technologií.

Stejně jako Kolář (2001) i Černá, Dědková, Macháčková a kol. (2013) dokládají že, kyberšikanu je zpravidla nerozlučně spjata s tradiční šikanou. Sdílí její základní rysy a projevy. Vzhledem k tomu, že jde o nový a rozvíjející se fenomén, je těžké ji definovat (Černá, Dědková, Macháčková a kol., 2013). Říčan (2010) uvádí, že kyberšikanu spočívá v tom, že se na internetu zveřejňují o oběti pomluvy, choulostivé informace včetně obrazového materiálu, který bývá často upravován tak, aby co nejvíce zostudil danou oběť. Oproti šikaně může při kyberšikaně zůstat agresor skrytý a díky internetu se tento jev rozrůstá. Nejčastěji bývají kyberšikaně vystaveny děti – v dnešní době mají snadný přístup k internetu a mobilu, ne však k informacím o možných rizicích, která jsou s těmito komunikačními prostředky spojena (Geislerová, 2012). V dnešní vyspělé společnosti lze najít opravdu vše za velmi krátkou dobu. Díky moderním technologiím lze najít právě jméno agresora např. pomocí IP adresy (Černá, Dědková, Macháčková a kol., 2013).

Kowalski a Limber (2007) uvádí, že kyberšikanu je definována také jako elektronická forma šikany prostřednictvím mobilních telefonů, internetových e-mailů apod. Agresoři šikanují také pomocí tzv. rychlých zpráv, které se dají odesílat pomocí aplikací sociálních sítí, jako jsou např. Messenger, WhatsApp nebo dalších webových stránek.

Nutno podotknout, že aplikace a mediální sítě se mění v čase a prostoru. Např. firma Facebook není již jen sociální sítí, má pod sebou řadu produktů, respektive firem. Proto se Facebook rozhodl vytvořit novou identitu, díky které bude společnost vědět, že má pod sebou společnost mnohem více aktivit než jen jednu sociální síť. Společnost Google vytvořila podobnou sociální síť Alphabet, která má pod sebou další firmy, ale stále je pod mateřskou společností Googlu. Facebook, ale zvolil jinou cestu a zvolil označení firmy FACEBOOK, pod kterou patří Facebook jako sociální síť, Instagram, WhatsApp, virtuální realita Oculus. Firma je teď podepisována velkými písmeny pod veškerou komunikací spadající pod tuto firmu. Pro sociální síť jako příslušnou aplikaci zůstane nadále grafické označení „facebook“ s malým f a v modrém jako tomu bylo dosud (Holzman, 2018).

2.2.1 Základní prvky kyberšikany

Mezi základní prvky kyberšikany patří opakovanost. Opakovanost může být zjišťována ne samotným agresorem, ale publikem. Kyberšikana nejčastěji probíhá prostřednictvím elektronických médií. Mezi další znaky patří záměrnost agresivního aktu ze strany útočníka. Mezi obětí a agresorem vzniká mocenská nerovnováha. Vzhledem k charakteru online prostředí je oběť dostupná kdykoli a je velmi těžké útokům uniknout. Kyberšikana je tradiční úmyslné ubližující jednání ze strany agresora, oběť toto jednání vnímá jako nepříjemné a ubližující (Černá, Dědková, Macháčková a kol., 2013).

Kožíšek a Písecký (2016) rozdělují útoky konané v rámci kyberšikany na přímé a nepřímé. Nepřímé útoky autoři chápou jako zprostředkovanou kyberšikanu, kdy kyberšikanu provádí někdo jiný než původce. Často se takto stává nevědomě komplicem. Mezi útoky přímé Kožíšek a Písecký (2016) řadí následující typy útoků:

- **Blogování** – agresor zveřejňuje bez souhlasu oběti intimní soubory, osobní informace za pomoci internetového blogu. Zveřejněné informace bývají většinou falešné (Martínek, 2015).
- **Pronásledování (cyberstalking)** – jedná se o opakovaně dlouhodobé a stupňované pronásledování za pomoci moderních technologií. Útok nejčastěji obsahuje např. výhrůžky nebo zahlcování mobilního telefonu neustálými SMS zprávami (Dočekal, Eckertová, 2013).
- **Fake profile** – jedná se o vytvoření falešného profilu na sociální síti. Agresor ho vytváří za účelem skrytí své identity a poté tento profil využívá k možné kyberšikaně (Dočekal, Eckertová, 2013).
- **Phising** – agresor krade hesla (piny) kreditních karet a ve vlastní prospěch je později využije. Obvykle se jedná i o krádež hesel k e-mailovým účtům či sociálním sítím, rodných čísel apod (Dočekal, Eckertová, 2013).
- **Dissing** – agresor se stává pro oběť dobrým přítelem, který později zneužije citlivé a osobní údaje o daném jedinci. Internetový agresor může zneužít zaslané fotografie přímo od oběti – nejčastěji partneri. Pomsta druhému, popřípadě vydírání (Dočekal, Eckertová, 2013).
- **Obtěžování (harrasment)** – neustálé, pravidelné kontaktování oběti, pomocí SMS zprávy či tzv. rychlých zpráv. Tato forma patří mezi nejčastější a dané oběti se s ní vyrovnávají velmi špatně. Zprávy bývají velmi krátké, opakované a vulgární.

Síla této formy kyberšikany spočívá v nadměrné frekvenci a množství zpráv (Martínek, 2015).

Buřičová Kadlecová (2010) uvádí, že mezi nejčastější důvody pro kyberšikanu řadíme „chut“ po odplatě. Oběť tradiční šikany hledá způsob, jak se pomstít a využívá k tomu anonymitu na sociálních sítích (Buřičová Kadlecová, 2010). Mezi základní znaky lze přiřadit psychické zneužívání oběti, které není snadné na první pohled určit (na rozdíl od fyzického ubližování u klasické šikany). Mezi oběti patří většinou jedinci s introvertní povahou, kteří se se svým problémem nesvěří, což vede k nezvládnutí situace člověka (Kolář, 2011).

2.2.2 *Typy kyberagresorů*

Kybernetickým útočníkem může být kdokoli, kdo vlastní mobilní telefon, počítač, tablet nebo jiný informační a komunikační prostředek (Hollá, 2016).

Kavalír (2009) typy agresorů člení následovně:

- **Vtipálek** – upravuje fotky či videa svých kamarádů nebo spolužáků za účelem pobavit druhé.
- **Neúmyslný kyberagresor** – hraje si před ostatními online uživateli na „tvrďáka“. Jedná ve velkém vzteku a bez předchozího přemýšlení nad následky činu, často je překvapen obviněním, protože sám si své neprávnické jednání neuvědomuje.
- **Pomstychtivý andílek** – nepovažuje se za agresora, ale za „zlo napravujícího“, který chrání sebe a ostatní před „zloduchem“. Agresor či někdo z jeho řad blízkých má vlastní zkušenost s kyberšikanou, svým chováním se mstí nebo dává oběti „lekci“ s pocitem, že to, co dělá, je správné. Často se jedná o hru, ve které chrání svého šikanovaného kamaráda. V tomto případě je důležité, aby agresor pochopil, že není dobré brát právo do vlastních rukou touto cestou, že boj se šikanou pomocí jiné šikany vede ke zhoršení celé situace.
- **Sprostá holka** – často je agresorem děvče či skupina dívek, které nemají moc zájmů a koníčků, proto hledají pobavení v kyberšikaně druhých za účelem získat publikum. Pokud nenajdou publikum ve většině případů kyberšikana sama skončí.
- **Bažící po moci** – nejzávažnější typ kyberagresora, k ovládnutí využívá strach a beznaděj obětí. K dosažení toho, aby oběti dělali, co on sám chce, využívá autoritu, sílu a nebojácnost. Kyberagresor potřebuje ke svým činům publikum

a pokud ho nezíská, své útoky stupňuje. Tito agresori mají veliké technické znalosti a využívají kyberšikanu v zastoupení.

Švestková a kol. (2019) upozorňují, že agresor využívá primární prostředky k tomu, aby ublížil své oběti a pomocí různých aplikací, komunikačních prostředků a technologií virtuálně šíří falešné informace o oběti. Nejčastěji se jedná o fotografie, videa apod. Útočník většinou nenapadá oběť opakovaně, ale stačí, když si někdo jiný uloží fotografii a pošle ji dál. Tento jev nazýváme sekundárním útokem, kdy za sekundárního útočníka a šířitele považujeme diváky takového útoku, kteří účinně zvyšují intenzitu kybernetického útoku dalším sdílením těchto informací o oběti (Švestková a kol., 2019).

2.2.3 Oběť

U kyberšikany nemusí vůbec nastat konec. V současné době je velice jednoduché najít oběť na jiné internetové stránce, či aplikaci a pokračovat v šikanování tam.

Kyberšikana je spjata s šikanou, šikanované dítě se může stát i obětí kyberšikany. Existuje mnoho varovných signálů, kdy můžeme poznat, že se dítě stalo obětí kyberšikany:

- Dítě je smutné, rozzlobené, zoufalé při užívání mobilních technologií;
- při oznámení SMS zprávy je dítě nervózní, má vztek;
- dítě změní své návyky a navštěvování sociálních sítí;
- vyhýbá se sociálním aktivitám;
- dochází k omezení chuti na jídlo a další (internetembezpecne.cz).

2.2.4 Kde probíhá kyberšikana?

V dnešní době je kyberšikana velice rozvinutý pojem. Zhruba před deseti lety byla kyberšikana pro společnost neznámá, protože doposud neexistovala. Mezi významné faktory, které mají vliv na tento jev, je např. mediální vybavenost. V roce 2018 v České republice využívalo sociální sítě 4,5 milionů osob, což představuje 52 % jednotlivců ve věku nad 16 let (ČSÚ, 2018).

Sociální síť je internetová služba, díky které můžeme vytvářet veřejné, uzavřené nebo i firemní profily, prezentace a další aktivity. Uživatelé si vytvoří svůj vlastní obsah, ten mohou upravovat prostřednictvím příspěvků, veřejné komunikace, chatů a dalších kanálů (Kožíšek, Písecký, 2016). Díky těmto službám je snadné spojení s druhými lidmi.

V dnešní době je u mladistvých charakteristická snaha být populární, proto přijímají žádosti i od lidí, které neznají. Což může vést k zneužití osobních informací. Nové informační a komunikační technologie jsou pro většinu mladých lidí důležité. Proto je pro ty, kdo se setkají s nějakou formou online agrese, těžké uniknout. Při nepoužívání internetu a některých aplikací může dojít k sociálnímu vyloučení (Černá, Dědková, Macháčková a kol., 2013). V dnešní době děti používají pestrou škálu zařízení, a to nejen pro přístup k internetu, ale i pro zábavu, hraní her, a především ke komunikaci mezi sebou navzájem. Internet představuje pro děti příležitost nejenom ke vzdělání, ale i ke komunikaci v cizím jazyce, učení se sebe prezentaci, vytváření webových stránek apod (Ševčíková a kol., 2015). Švestková a kol. (2019) uvádí, že mezi nejčastější případy kyberšikany patří krádež identity. Útočník se může do osobního profilu dostat za pomoci špatně zabezpečeného profilu. Útočník může změnit hesla a původní majitel se k účtu nemusí už přihlásit. Dále může vystupovat za původního majitele, posílat a zveřejňovat fotky či osobní a důvěryhodné informace.

S vývojem sociálních sítí je v dnešní době obtížné vytvořit jejich klasifikaci. Ikony využívaných aplikací a internetových sítí viz přílohy. Sociální sítě můžeme rozdělit na:

- **Globálně populární sociální sítě** – například Facebook, TikTok, Badoo, Twitter, Instagram;
- **profesní sociální sítě** – například LinkedIn, Visible.me;
- **edukační sociální sítě** – například Google Class Room, Microsoft Teams, ZOOM Cloud Meetings (Kožíšek, Písecky, 2016).

Dle Eisenlauer (2015) lze také sociální sítě rozdělit podle tří kritérií, kterými jsou:

- **Funkce** – zda sociální síť má funkci zprostředkování či jinou. Např. Facebook má funkci zprostředkování, zatímco YouTube má funkci sdílení obsahu, tedy funkci jinou.
- **Typ informace** – záleží na typu informace, kterou uživatel sdílí na sociálních sítích, zde rozlišujeme všeobecné informace nebo informace specifické.
- **Offline ukotvení** – zde záleží na síle vazby sdílené informace ke konkrétnímu člověku nebo skupině osob. Vazbu rozdělujeme na silnou nebo slabou.

2.3 Prevence a šetření šikany a kyberšikany

Říčan (2010) ve své knize uvádí, že prevence zahrnuje řadu aktivit. Za základní preventivní opatření považují autorky Machová a Kubátová a kol. (2016) včasnou informovanost dětí. Autorky uvádějí, že je důležité tuto problematiku zmínit hned na začátku. Důležité je podporovat obranyschopnost, sebedůvěru a životní jistotu dítěte. Třetím důležitým faktorem je zachytit šikany již v zárodku, tzv. nedovolit zapustit kořeny. Bendl (2003) rozděluje prevenci na primární a sekundární. Primární prevenci je nejlepší použít, pokud ještě nedošlo k šikaně či kyberšikaně. Spočívá hlavně ve výchově dítěte a informovanosti rodičů. Nejúčinnější ochranou jsou podle autora bezpečné kamarádské vztahy. Sekundární prevenci uplatňujeme už při výskytu těchto jevů. Je potřeba použít opatření k napravení problému tak, aby se v budoucnu neobjevil. Řadíme sem vyšetření šikany, kyberšikany, včasná diagnostika, jednání s rodiči agresora i oběti, komunikace s celým kolektivem apod.

Důležitými prvky pro řešení šikany a kyberšikany je řádné určení situace, její závažnosti, formy a fáze. Důležité je nezaměňovat šikany s již zmíněným teasingem (Martínek, 2015). Je třeba ale nepodceňovat emoce oběti. V případech šikany a kyberšikany je důležité dbát na čas a prostor rozhovoru s oběťmi a agresorem, s jejich okolím apod. (Kolář, 2001).

MŠMT v rámci prevence šikany a kyberšikany vytvořilo metodické dokumenty a doporučení pro řešení těchto jevů. Součástí těchto dokumentů a doporučení jsou přílohy pět a šest, které se zabývají prevencí šikany a kyberšikany. V rámci trénování nejsou specifické pokyny pro volnočasové aktivity, ať ve sportovních klubech, či nestátních organizacích, ale amatérští edukátoři se mohou řídit těmito pokyny a přílohami (MŠMT, 2016 a).

3 Děti staršího školního věku

Dítětem staršího školního věku rozumíme dítě, které je ve věku 11 až 15 let. Toto vývojové období, které patří mezi nejnáročnější a nejsložitější období, je nazýváno různě, nejčastěji jako pubescence nebo dospívání.¹ Průběh této fáze života je závislý na mnoha faktorech, jako jsou například kulturní a společenské podmínky (Pugnerová a kol., 2019). Dále autorka uvádí, že záleží na vztazích mezi rodiči a dětmi, na způsobu života rodiny. Pro období pubescence jsou typické časté vzdory a konflikty mezi minimálně dvěma generacemi. Autoři Langmeier a Krejčíková (2006) uvádí, že v období dospívání dochází k výraznému fyzickému i psychickému vývoji. Dítě se začíná stávat dospělým jedincem. Začíná si uvědomovat věci, které ho dříve nezajímaly, viditelně se začíná zajímat o druhé pohlaví. Původně oddělené chlapecké a dívčí skupiny se začínají promíchávat. Vágnerová (2012) zmiňuje, že pubescence je tzv. první fáze dospívání. V této fázi se dítě začne odpoutávat od rodiny, postupně se osamostatňuje, mění se psychická úroveň dítěte, a to změnou prožívání a uvažování.

3.1 Fyzický vývoj v období dospívání

V tomto období dochází k velkým tělesným změnám, obzvláště v oblasti růstu. Dítě vyroste okolo 10 cm za rok, u dívek růst končí okolo 15. roku a u chlapců kolem 18. roku života (Thorová, 2015). Fyzické a pohlavní dospívání dle Langmeiera a Krejčířové (2006) předbíhá psychické dozrávání. Nejvyšší tempo nastává během 10. roku života a bývá výraznější u děvčat než chlapců. Dospívající děti začínají dbát o svůj zevnějšek, začínají se starat o to, zda jim to sluší, komu se co líbí apod. U chlapců dochází oproti dívkám k výrazné změně hlasu neboli mutaci. U chlapců dochází k růstu svalů a mezi vrstevníky je žádoucí spíše vyšší postava, zato u dívek je méně vítaná (Vágnerová, 1996). V období staršího školního věku (puberta) dochází k hormonálním změnám. Rozvíjí se primární a sekundární pohlavní znaky. Pubescenti často díky těmto změnám trpí kožním onemocněním (akné) a více se potí (Thorová, 2015). Dále autorka uvádí, že v dospívání u dívek dochází ke zvětšení prsou, nárůstu podkožního tuku a menstruaci. U chlapců nastává schopnost ejakulace, růst svalů a zvětšení varlat. U obou pohlaví později dochází k ochlupení těla (Thorová, 2015). Tyto změny jsou pozitivně akceptovány okolím, avšak nejdůležitější je, aby samotný jedinec svůj vzhled akceptoval, protože je úzce spjat s vnímáním vlastní identity (Vágnerová, 1996).

¹ Pro účely této bakalářské práce používáme pojem dospívání

3.2 Psychický vývoj dítěte v období dospívání

Toto období je charakteristické rozvojem vnímání, myšlení a řeči, děti se snaží poznat a pochopit věci kolem sebe. Dochází k budování jistoty pomocí výsledků ve škole a pozitivního hodnocení přátel, naopak však dochází i k vytváření pocitu méněcennosti a nejistoty při neúspěchu. V tomto období dochází k budování představivosti a fantazie, dospívající si tvoří představy o své budoucnosti např. o rodině, povolání apod. Pro dospívající je charakteristické podrážděné chování, jsou velice citliví v oblasti kritiky. Často se u dospívajících mění emoce, dochází ke střídání smutku a radosti, mění se jejich intenzita (Langmeier, Krejčířová, 2006). V oblasti citového prožívání dochází ke změnám, díky hormonální proměně. Emoční reakce bývají oproti dřívějším reakcím velice nápadné a výrazné. Intenzivnější se stávají citové prožitky, avšak bývají krátkodobé a hodně proměnlivé. Dané chování a změny nálad jsou pro samotné jedince nepříjemné, jelikož nedokážou vysvětlit jejich příčinu. Pubescenti bývají méně akceptovatelní, z důvodu jejich nepříjemného chování. Dospělí často pubescenty označují jako rozmazlené děti. Významným prvkem daného období je tzv. emoční egocentrismus. Jedinec často uvažuje o svých myšlenkách a pocitech, je přesvědčen o tom, že mu nikdo nerozumí a nikdo jiný nemá tak silné prožitky (Vágnerová, 2012). Thorová (2015) uvádí, že v tomto období děti hůře snášejí kritiku a zvyšuje se sklon ke špatné až depresivní náladě. Se změnami nálad je pro pubescenty těžké se vyrovnat, proto tyto změny vyvolávají sklony k sebepoškození, poruchám příjmu potravy, v nejhorším případě až k sebevraždě.

3.3 Prostředí v období dospívání

Dle Vágnerové (2012) je prostředí důležitým faktorem pro vývoj dítěte, zejména v rámci interakce, ať už s lidmi, neživými objekty či dokonce symboly. Dítě v rámci interakce projevuje aktivitu, reaguje na podněty a stimuluje určité reakce jiných lidí. Kvalita a množství těchto aktivit značně ovlivní jeho psychický vývoj. Sociální a materiální prostředí může ovlivňovat prostředí daného jedince. Hodnoty a vzory chování dítě získává pomocí sociálního prostředí. Pokud je dítě plně podporováno svým okolím, dochází k jeho zdravému rozvoji. Pokud dítě vyrůstá v rodině se sportovním založením předpokládá se, že bude také sportovat. V sociálním prostředí hraje důležitou roli kolektiv školní, sportovní i mimoškolní, ve kterém by se měl jedinec cítit dobře. Poté je větší šance, že dítě bude ve sportování nadále pokračovat (Vespalec a kol., 2014).

3.4 *Socializace v období dospívání*

Socializace je proces označovaný jako rozvoj společensky podmíněných zkušeností (Vágnerová, 2012). Dále autorka uvádí, že pro socializaci je typické, že se odehrává v rámci interakce s jinými lidmi a v určitém sociálním kontextu. Prostřednictvím nápodoby určitého jednání neboli identifikací dochází k sociálnímu učení. Nejvýznamnější sociální skupinou je rodina, která nejvíce ovlivňuje psychický vývoj dítěte. Rodina je pro dítě významným prostředím a měla by být zdrojem bezpečí a jistoty. Rodina dítěte modifikuje jeho základní postoje ke světu, míru jeho otevřenosti a důvěry (Vágnerová, 2012). Helus (2018) uvádí, že proces začleňování jedince do společnosti vždy ovlivňuje či dokonce úplně promění.

Socializace se rozděluje na primární, sekundární a terciární (Helus, 2018). Podle Cakirpalogla (2012) v rámci procesu socializace hraje důležitou roli postavení ve společnosti, díky tomu může mít každý odlišný postoj k jednotlivým oblastem života, např. k volnému času. Rodiny z vyšších společenských vrstev využívají svůj volný čas aktivněji než rodiny z nižších společenských vrstev. Rodiče na své potomky pomocí výchovy přenášejí specifické pojetí volného času, to přispívá k reprodukci vrstevního vědomí.

Vinou hormonálních změn dochází k nestálosti v procesu socializace. Při neporozumění výkyvům může u dítěte nastat uzavření se do sebe samého. Klíčovým prvkem v rámci socializace je oproštění se od vlivů rodiny, respektive bouření se proti rodičům. Kromě postupného uvolňování ze závislosti na rodičích dochází k vytváření silných vztahů mezi vrstevníky a tím roste význam party (Blažej, 2019). Kritickým prvkem pro období staršího školního věku je emoční nevyrovnanost. Mnohem menší výkyvy nálad byly registrovány u sportujících dětí. Sportovní činnost je pro dítě sama o sobě prožitkově velmi bohatá. Na závodech a zápasech dítě prožívá různorodé pocity, ty pro něj později nejsou nové v osobním životě a dokáže na ně lépe reagovat (Blažej, 2019).

4 Pohyb, sportovní aktivity u dětí a mládeže

Pohybovou aktivitu můžeme definovat jako jakýkoli tělesný pohyb, který zvyšuje výdej energie nad klidovou úroveň. Tato definice obsahuje všechny tělesné aktivity, tj. pohybovou aktivitu ve volném čase, aktivitu spojenou se zaměstnáním, pohybovou aktivita doma či v blízkosti domova apod. Na úroveň pohybové aktivity má také vliv hospodářství a životní či sociální prostředí. Zdraví, pohyb a kvalita života jsou úzce spjaty. Lidské tělo je stvořeno pro pohyb a pravidelnou pohybovou aktivitu, aby zamezilo výskytu nemocí (MŠMT, 2016 b).

Jak již bylo uvedeno v kapitole děti staršího školního věku, v období dospívání dochází k významným změnám v mnoha oblastech dětského vývoje. Z hlediska sportu se jedná zejména o tyto změny:

- Vývoj a dozrávání orgánů těla – dochází k růstu a změně funkčnosti orgánů (změna činnosti srdce).
- Psychický a sociální vývoj – mění se chápání a vnímání věcí kolem sebe, utvářejí se společenské vztahy, mění se pozice dítěte.
- Intenzivní růst – mění se váha a výška dítěte.
- Pohybový rozvoj – změna výkonnosti bez ohledu na sportování (Perič, 2004).

Pohybovou aktivitu jedinec nejčastěji uskutečňuje ve svém volném čase. Náplň volného času může být zábava, odpočinek, zájmové a vzdělávací činnosti, a tedy i sport a sportovní aktivity (Průcha a kol., 2001). Dle Hofbauera (2010) je nejdůležitějším prvkem při účasti na volnočasových aktivitách dobrovolnost, která přispívá k aktivnímu utváření osobnosti dítěte a mladého člověka. V moderní společnosti se tak sport stává společnou součástí kulturního a sociálního světa. Sportování má dopad na jedince v oblasti hodnocení z jejich okolí, na míru sebevědomí, navazování sociálních vztahů apod. (Sekot, 2003). Specializace ve sportu se neustále rozrůstají a jsou náročnější pro sportovce. Ve sportu už dávno nejde jen o schopnost fyzickou, ale i o duševní (Svoboda, 1999).

V oblasti pohybové aktivity hraje důležitou roli sportovní politika, která by měla mít za cíl zvýšení účasti na kvalitním sportu v rámci všech skupin společnosti. Dále je velmi důležité, aby byl sport celkově dostupný pro všechny vrstvy obyvatelstva. Mezi to zahrnujeme obnovy, modernizace a financování výstavby, údržba sportovních zařízení

a sportovního vybavení, využití levných či bezplatných sportovních zařízení. Dále si sportovní politika klade za cíl posílit pohybovou aktivitu u obyvatelstva jako „sport pro všechny“ na místní i mezinárodní úrovni (MŠMT, 2016 b).

4.1 Strategické dokumenty sportu

V České republice je platným materiálem „Konceptce podpory sportu 2016–2025 – SPORT 2025“ (dále jen Konceptce SPORT 2025). Tato konceptce předkládá směry rozvoje a podpory českého sportu, pilíře, priority, strategické cíle i podmínky naplnění v období let 2016–2025. Je navazujícím materiálem na předchozí strategické dokumenty Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (dále jen MŠMT) v oblasti sportu. Jedná o tyto dokumenty:

- Konceptce státní podpory sportu v České republice (2011),
- Plán podpory rozvoje sportu v letech 2015–2017,
- Národní strategie ochrany a podpory zdraví a prevence nemocí (Zdraví 2020 a předchozí z roku 2014) - dokument Ministerstva zdravotnictví (dále jen MZ) (MŠMT, 2016 b).

Součástí Konceptce SPORT 2025 je akční plán. Tento plán je nástrojem konceptce, který specifikuje a rozpracovává vybraná opatření, identifikuje harmonogram, realizátory a indikátory konceptce. Akční plán obsahuje také opatření proti negativním jevům ve sportu. Je zde zmíněn antidopingový program a plánování účinného postupu proti negativním jevům ve sportu (Národní sportovní agentura, 2020).

4.2 Organizace věnující se amaterskému sportu s dětmi staršího školního věku

S pohybovou aktivitou souvisí každodenní činnosti jako je např. chůze, jízda na kole apod., důležitým doplňkem je sportovní aktivita ve volném čase. V mnoha zemích začínají být rozšířenější neorganizované sportovní aktivity, kam můžeme zařadit např. návštěvy fitness center, plavání, veslování, turistika, jízda na koni apod. Tyto aktivity pomáhají lidem zjistit, že sport je prospěšný nejen pro tělo, ale i duši.

Aktivity, které jsou neorganizované mají určitá omezení, mezi které patří např.:

- **Zeměpisná omezení** – motivace je omezena zeměpisnými podmínkami, například lyžování je možné vykonávat jen v zimním období, zatímco plavání či další vodní

sporty potřebují vodní prostředí. Z toho plyne, že je důležité, aby místo bylo vhodné a přitažlivé pro pohybové aktivity.

- **Socioekonomická omezení** – pohybové aktivity jsou spojeny s vysokými náklady, což může znamenat, že některé aktivity jsou dostupné pouze lidem s vyššími příjmy.
- **Kulturní omezení** – zde je nejdůležitější vytvářet motivaci pro všechny lidi, aby vyhledávali nejvhodnější aktivity pro svoje tělo a duši. Nejvhodnější jsou aktivity spojené s přirozeným pohybem jako je např. chůze, cyklistika, běh, nebo kolektivní aktivity jako kopaná.

Z uvedených neorganizovaných aktivit vyplývá dobrovolná povaha podpory. Z výše uvedených bodů vyznívá důraz na význam podpory poskytované od národně vládních institucí nebo od místních správních orgánů, které přispívají k šíření a k trvalému rozvoji těchto aktivit, zejména k uvedeným zeměpisným, socioekonomickým a kulturním omezením (MŠMT, 2016 b).

4.3 Sport ve školských zařízeních

Mezi školní zařízení můžeme zařadit např. střediska volného času, školní družiny a školní kluby. V kontextu této bakalářské práce zmiňujeme školní kluby, které jsou určeny spíše pro starší školní mládež. Školní kluby poskytují zájmové vzdělávání žákům jedné či více škol. Činnosti jsou většinou vykonávány ve dnech školního vyučování, ale i přesto mohou školní kluby vykonávat činnost i mimo školní vyučování, např. o prázdninách. Činnost školních klubů bývá spíše určena pro žáky druhého stupně, tato činnost je vykonávána pravidelnou denní docházkou. Podmínkou přijetí do školního klubu je písemná přihláška (MŠMT, 2005).

Dále jsou sportovní aktivity i součástí ústavní výchovy, kde se v rámci volnočasových aktivit dětí, které jsou umístěny do ústavní výchovy (dětský domov, dětský domov se školou, výchovný ústav), pořádají různé volnočasové aktivity (MŠMT, 2015 a).

4.4 Nestátní neziskové organizace pracující s dětmi a mládeží

MŠMT uděluje v rámci vyhlášených programů nestátním neziskovým organizacím (dále jen NNO) osvědčení o udělení titulu „Organizace uznaná MŠMT pro oblast práce s dětmi a mládeží“. Aby NNO titul získalo musí vyplnit žádost a splnit vyhlášené podmínky pro tuto činnost. Tento titul je forma garance kvality činnosti dané organizace.

Mezi NNO řadíme např. Českou tábornickou unii z. s., Junák – český skaut, z. s., Český rybářský svaz, Pionýr, z. s. a další (MŠMT, 2015 b).

Programy jsou důležité pro zabezpečení péče o volný čas dětí a mládeže pořádané NNO. MŠMT podporuje vybrané činnosti NNO, které jsou zaměřeny na dlouhodobou a pravidelnou činnost určenou pro nejširší spektrum dětí a mládeže formou finančních dotací. Mezi cíle těchto programů můžeme zařadit:

- Vytvářet a podporovat podmínky pro rozšiřování nabídky neformálního vzdělávání;
- podporovat vytváření nabídky volnočasových aktivit;
- podporovat vytváření mezinárodních a celostátních akcí;
- podporovat rozvoj materiálně technické základny NNO atd. (MŠMT, 2014).

4.5 Organizace věnující se profesionálnímu sportu s dětmi staršího školního věku

Sportovní organizace ve státech EU mají tendenci soustředit se hlavně na organizování soutěží, ale měly by spíše dávat důraz na podporu sportu pro všechny, na jeho kladný vliv na zdraví, společenské hodnoty apod. Díky sportovním organizacím může docházet k zmírňování tlaku na veřejný rozpočet. Mezi hlavní úkoly organizovaného sportu by měla patřit nabídka programů týkajících se zdraví, které by měly být celostátní a co nejvíce kvalitní. Na pohybovou aktivitu v rámci sportování mají důležitý vliv trenéři a vedoucí pracovníci, kteří by mohli pomoci lidem, jak správně trénovat. Na tyto rady by měli mít trenéři a vedoucí pracovníci sportovních zařízení dostatečné vzdělání v oboru. Je zde důležitý, aby daný jedinec, který se chce věnovat pohybové aktivitě, tuto aktivitu bral jako součást svého každodenního života, proto musí mít přístup k informacím a způsobům zvyšování aktivity doma, na pracovišti atd. (Rychtecký, 2008).

5 Současná organizační struktura sportovního prostředí v ČR

V současné době ve sportovním prostředí máme samostatné kluby, tělovýchovné jednoty, sportovní svazy, sportovní sdružení (spolky), unie, asociace a další, které jsou založeny dle zákona o sdružování občanů. Tyto organizace mají rozhodovací samostatnost a právní subjektivitu, dále navazují na mezinárodní sportovní strukturu. Více sportů se sdružuje do tzv. “střešní organizace“ jako je např. Česká unie sportu, Asociace školních klubů apod).

Sportovní svazy jsou rozhodujícím článkem pro sportovní přípravu a tréninkový proces. Vybírají talentované děti a mládež, mají na starost jejich péči a jsou zodpovědní za výkonnost a sportovní výkony. Spolupracují s Českým olympijským výborem při přípravě na OH. Poskytují pro své trenéry a rozhodčí vzdělání, školení a zlepšování kvalifikace (Doktor, 2016).

V rámci volnočasových aktivit mohou sportovní kluby i nestátní organizace čerpat z finanční podpory MŠMT. Tyto finanční prostředky mohou pak dále využívat např. na přípravu sportovních talentů, vybavení svých cvičišť apod.

6 Sportovní kluby moderní gymnastiky

Moderní gymnastika je určena pouze pro ženské pohlaví. Je to krásný, ale velice náročný sport. Moderní gymnastika kombinuje prvky baletu, gymnastiky a tance. Sestavy jsou prováděny s náčiním či bez. Náčiním se rozumí míč, stuha, švihadlo, kužele a obruč. Moderní gymnastika je zařazena do vrcholového sportu. Gymnastky jsou podle svých schopností rozděleny do programů a kategorií od nejmladších až po nejstarší.

Moderní gymnastika je rozdělena na tři programy, ve kterých může gymnastka cvičit v kategoriích rozdělených podle věku individuálně nebo skupinově:

- **Volný program** – každá gymnastka cvičí podle dané kategorie různý počet vlastních sestav, ať už s náčiním či bez náčiní. Tento program je zapojen do olympijských soutěží.
- **Základní program** – tento program má přesně určená pravidla, v každé kategorii jsou vymyšlené stejné sestavy pro všechny účastnice, hodnotí se, která je zacvičí přesně podle předpisů.
- **Kombinovaný program** – tento program je spojený z programů předešlých. Jedna sestava je povinná a stejná pro všechny závodnice a druhou si každá z gymnastek vymýšlí sama.
- **Estetický program** – zde gymnastky mají přesně dané pohybové vazby, které sestava musí obsahovat. Hodnocen je projev a soulad skupiny.

V České republice existuje mnoho sportovních klubů moderní gymnastiky, tyto kluby spadají pod Český svaz moderní gymnastiky, který určuje přesná pravidla pro dané sestavy, drescode gymnastek a také má na starosti vzdělávání, zkoušky a zaškolování stávajících a nových trenérů a rozhodčích (Skopová a kol., 2008).

6.1 *Historie moderní gymnastiky*

Moderní gymnastika vznikla v roce 1969 pod názvem „umělecká gymnastika“. Začala se vytvářet v roce 1930 v bývalém Sovětském svazu, u nás a jinde však až počátkem 50 let. V letech 1953–1963 se formoval obsah a organizační zajištění pro gymnastiku. V roce 1953 se začaly zakládat první kluby, které vystupovaly se svými sestavami v Karlínském divadle. V tomto roce byly vypracovány i první povinné sestavy

a uskutečnilo se první školení trenérek, které se konalo v Prešově (Šimůnková, Pánská, 2020).

V roce 1969 byl přijat název moderní gymnastika Československým svazem umělecké gymnastiky. V roce 1981 spadalo pod svaz moderní gymnastiky 146 klubů MG se 13 220 členkami. V současné době je přesný název „rytmická sportovní gymnastika“.

Mezi nejvýznamnější gymnastky řadíme např. Lenku Oulehlovou, která pouhých 17 let (rok 1988) vybojovala postup na letní olympijské hry (LOH) v Soulu, v roce 1992 se umístila na LOH (Barcelona) na osmém místě a sedmkrát získala titul mistryně. (Šimůnková, Pánská, 2020).

Na závěr teoretické části je potřeba zmínit, že se ve sportu v rámci rivality také může odehrát šikana nebo kyberšikana, proto je nutné o těchto jevech vědět více a mimo jiné i to, jak se s nimi vypořádat. Důležité je zmínit, že v rámci vzdělávání trenérů nejsou trenéři proškoleni na to, jak se vypořádat s danými jevy, a jak je vyřešit. Není zde nastavena žádná primární prevence rizikového chování ve sportovním prostředí.

7 Metodika výzkumu

7.1 Cíle práce

Tato bakalářská práce je zaměřena na dva cíle:

- 1) Zjistit, zda sportovní kluby moderní gymnastiky, které pracují s dětmi staršího školního věku, mají zkušenosti s výskytem šikany a kyberšikany.
- 2) Zjistit, zda jednotlivé sportovní kluby moderní gymnastiky vědí, jaký je správný postup při řešení šikany a kyberšikany.

7.2 Výzkumné otázky

Od stanovených cílů se odvíjí výzkumné otázky:

VO1: Předpokládáme, že sportovní kluby moderní gymnastiky, které pracují s dětmi staršího školního věku, mají zkušenost s výskytem šikany a kyberšikany.

VO2: Mají k dispozici jednotlivé sportovní kluby moderní gymnastiky metodologický materiál v rámci prevence šikany a kyberšikany od Českého svazu moderní gymnastiky?

7.3 Výzkumné metody a technika sběru dat

Ke zpracování bakalářské práce byl využit kvalitativní typ výzkumu. Pro kvalitativní výzkumné šetření byla použita metoda dotazování, technika polostrukturovaného rozhovoru. Dané rozhovory byly z důvodu opatření spojených s COVID-19 prováděny online přes aplikaci Skype. Daní trenéři souhlasili s nahráváním rozhovorů na diktafon pro přesné zapsání jejich odpovědí. Tyto odpovědi byly poté analyzovány metodou tvorby trsů a přepsány na papír a poté byly výsledky zpracovány pomocí myšlenkových map v programu XMind.

Kvalitativní výzkum Hendl (2005) popisuje tak, že k výsledku nedojdeme za pomoci statistických metod nebo jiných způsobů kvantifikace, ale díky vysoké míře validity. Dále autor charakterizuje tento typ výzkumu jako zkoumání problémů a jevů ve stejném prostředí s cílem získat celistvý obraz jevů. S tímto výrokem se ztotožňuje i Linderová a kol. (2016), která upozorňuje na značné nároky na přípravnou a realizační fázi, proto je zapotřebí správně zvolit metodu sběru dat a správně zvolit výběrový soubor.

Kvalitativní výzkum využívá ke zpracování dat, data z rozhovoru, z dokumentů a z pozorování. Tento typ výzkumu pracuje s textem a se slovy, používá se metoda indukce. Při použití indukce je důležitý princip opakování, avšak je třeba střídat úroveň teorie a dat (Švaříček, Šedová, 2007).

V rámci výzkumu byla využita metoda dotazování. Dotazování je vedení rozhovoru, které klade vysoké nároky na tazatele (Hendl, 2005). Byla zvolena metoda polostrukturovaného rozhovoru, který Linderová a kol. (2016) charakterizuje jako střed mezi strukturovaným a nestrukturovaným rozhovorem. Před rozhovorem si výzkumník vytvoří seznam otázek či témat, které chce položit respondentovi. Hlavním rozdílem oproti strukturovanému rozhovoru je možnost změny pořadí a forem otázek v jeho průběhu.

Sběr dat byl poté vyhodnocen za pomoci vytvoření skupin (trsů). Jednotlivé rozhovory byly přepisovány na papír. Každé otázce byl věnován samostatný papír, kde v horní části byla zvýrazněna otázka, pod kterou byly zaznamenány jednotlivé odpovědi informantů. K těmto odpovědím byly připisovány jednotlivé myšlenky a poznámky. Následně byly ke každé otázce vytvořeny myšlenkové mapy, kdy význam otázky je zvýrazněn červenou barvou a zodpovězené otázky šedou, mezi sebou jsou navzájem propojené šipkami. Při metodě vytváření trsů dochází k seskupení a konceptualizaci zjištěných výroků do skupin. Mezi shodné znaky skupin (trsů) můžou patřit tematické podobnosti, prostorové podobnosti apod. Následně vznikají obecnější kategorie, které jsou zařazeny do určité skupiny (trsů), kde se znaky opakují (Miovský, 2006).

7.4 Popis výzkumného souboru

Výzkumný soubor tvořilo pět trenérů, pracujících s dětmi staršího školního věku v klubech moderní gymnastiky v rámci Jihočeského kraje, které spadají pod Český svaz moderní gymnastiky. Rozhovory probíhaly nejvíce s hlavními trenéry daných klubů, kteří mají s trénováním vlastní zkušenosti z pohledu závodnic a zároveň mají praxi v roli trenéra více než 5 let.

7.5 Realizace výzkumu a etika výzkumu

V rámci ochrany osobních údajů bylo trenérům přiděleno označení I1-I6. S každým z dotazovaných informantů, jsem se spojila po telefonu a domluvila termín a čas rozhovoru. Nejdříve jsme se domluvili na osobních schůzkách, ale z důvodu opatření spojených s COVID-19 jsme se rozhodli o spojení přes aplikaci Skype. Nejprve jsem se

spojila s jedním informantem a zkusila jsem první osnovu vytvořeného rozhovoru za účelem zlepšení otázek. Poté jsem se spojila s ostatními už s finálními otázkami. Dané rozhovory probíhaly 45–60 minut. Po domluvě s informanty byly rozhovory nahrávány na diktafon pro možnost přesného zapsání odpovědí a dále byly přepsány na papír. Rozhovory probíhaly v lednu 2021. Podrobný harmonogram realizací jednotlivých rozhovorů s informanty je uveden v tabulce č. 1.

Tabulka č. 1 Harmonogram rozhovorů

Informant	Datum rozhovoru	Čas
I1	12. 1. 2021	14:00
I2	13. 1. 2021	10:00
I3	14. 1. 2021	14:00
I4	14. 1. 2021	17:00
I5	16. 1. 2021	09:00

Zdroj: Vlastní zdroj, 2021

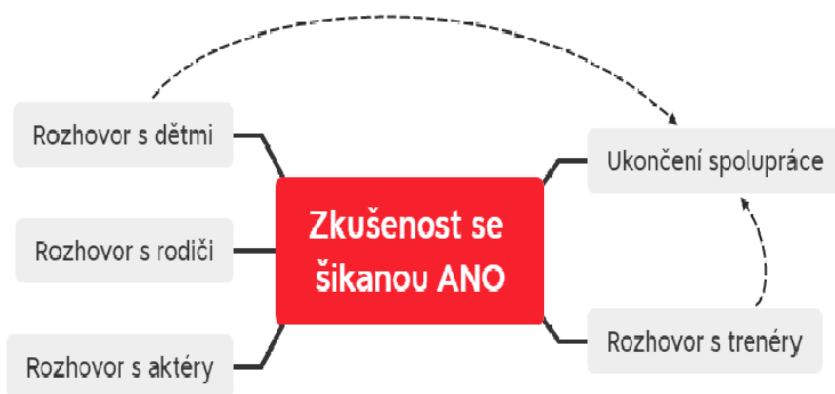
Informanti byly informováni o anonymitě výzkumu, které bude dosaženo tím, že v celé bakalářské práci nebudou uveřejněny jejich soukromé informace. Informantům byl poskytnut informovaný souhlas o poskytnutí rozhovorů, vzor tohoto souhlasu je obsažen v příloze č. 2.

8 Výsledky výzkumu

Realizací rozhovorů bylo zjišťováno, jestli mají trenéři zkušenosti se šikanou a kyberšikanou a zda vědí, jak správně postupovat při jejím výskytu. Nadále bylo zjišťováno, zda mají poskytnutý metodologický materiál k prevenci šikany a kyberšikany.

Trenéři se při svých výpovědích na otázku číslo jedna *Setkal/a jste se někdy se šikanou? Pokud ano, jak jste to řešil/a?* shodují na tom, že ano (I1 – I5). Trenéři situaci řešili s rodiči a dětmi zároveň (I1 – I3), někteří jen s rodiči (I5). Dva z dotazovaných trenérů se setkali i se šikanou ze strany jiného trenéra (I3, I4), ti tuto situaci vyřešili rozvázáním spolupráce ze strany trenéra a bohužel i dětí. Informant 4 uvedl *Druhým případem byla šikana ze strany jedné trenérky k závodnici, která se vystupňovala do takové podoby, že se závodnice bála cokoliv říct a bála se i aby to za ni řešili rodiče. Bohužel jsem to zjistila až když už byl konflikt velmi vyhrocený. S touto trenérkou byla ukončená spolupráce.* viz Obrázek č. 1.

Obrázek č. 1 – Zkušenost se šikanou a její řešení



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Otázkou číslo dvě bylo zjišťováno *Setkal/a jste se někdy s kyberšikanou? Pokud ano, jak jste to řešil/a?* Nejčastější odpovědí bylo, že ano, v rámci již zmíněné šikany se odehrávala i kyberšikana (I1, I4). Dva z dotazovaných trenérů odpověděli, že zkušenosti s kyberšikanou nemají (I2, I5). V případě výskytu kyberšikany v klubu byl postup řešení stejný, jako u výskytu šikany (I1, I3, I4). Informant 4 řešil situaci následovně *Řešeno*

to bylo nejdříve radou, aby závodnice dotyčnou ignorovala. Když to nepomáhalo, přešlo se k blokaci účtu, informování rodičů šikanované závodnice a následný telefonát otce závodnice, který působí jako právník, matce šikanující gymnastky. Tento problém byl zjištěn u dalších několika závodnic a vždy se to řešilo informováním rodičů a následným telefonátem dotyčné matce, která se bohužel k tomuto stavěla nevěřičně a svou dceru chránila do doby, než jí byly ukázaly vyfocené nadávky, které její dcera posílala. A poslední pohružkou bylo, že bude-li se situace opakovat, bude případ předán na policii. Útoky přestaly. Informant 3, měl podobnou situaci pouze řešení bylo jiné Přišla za mnou svěřenkyně a svěřila se mi, že ji jedna z dívek píše ošklivé zprávy, používá sprostá slova, napadá její osobu a vyhrožuje jí. Po našem rozhovoru jsem se setkala s rodiči a snažila se jim vysvětlit, že je to už kyberšikana a že to musí řešit nejlépe s rodiči aktérky, zavolat jim a domluvit si schůzku, ukázat jim konverzaci dívek. Dále si to už rodiče řešili mezi sebou. Dívky už nadále nebyly v kontaktu. viz Obrázek č. 2.

Obrázek č. 2 – Zkušenost s kyberšikanou a její řešení

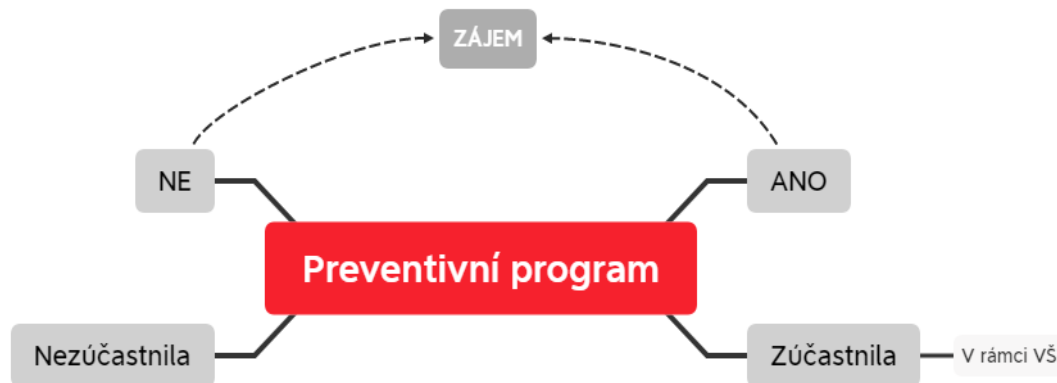


Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

V otázce číslo tři, bylo zjišťováno, zda informanti absolvovali preventivní program zaměřený na šikanu a kyberšikanu. Pouze dva informanti (I1, I3) odpověděli, že se setkali s preventivním programem pouze okrajově, a to v rámci svého Vysokoškolského studia. Následující otázka navazuje na otázku předešlou, a to *Kdybyste měl/a možnost absolvovat preventivní program, zúčastnil/a byste se?* Dva informanti odpověděli, že spíše ne (I2, I5) *Vždy jsem vše vyřešila s rodiči/trenérkou/psycholožkou.* Zbylí informanti odpověděli, že by zájem měli. *Ano, ráda bych věděla, jak vhodně*

reagovat na takové podobné situace, které mohou potenciálně vzniknout. Abych mohla i zpětně analyzovat, zda jsem zareagovala adekvátně a správně. (I4). Viz Obrázek č. 3.

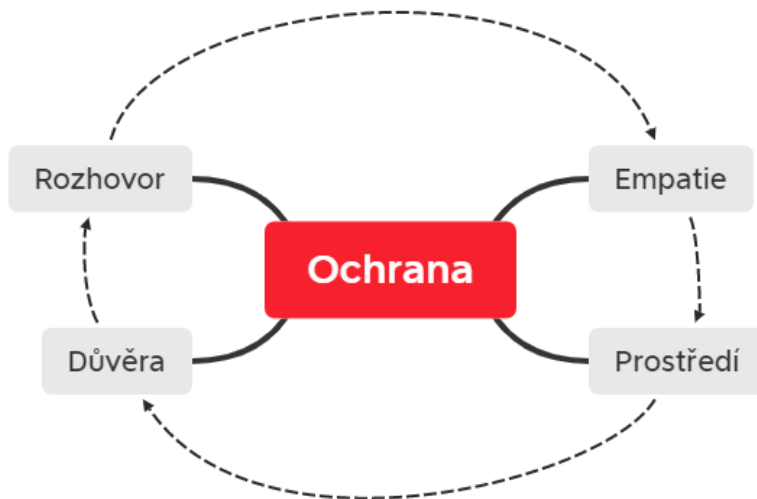
Obrázek č. 3 – Absolvování preventivního programu



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Pokud trenéři neabsolvovali preventivní program byla na místě otázka *Víte, jak tedy chránit děti před šikanou a kyberšikanou?* Informant 4 odpověděl *Těžím z toho, že jsem empatický člověk a dokážu dost často potenciální konflikt mezi dětmi vycítit, vypořizovat a předejít tak vyhocené šikaně. Podchytit šikanu v začátku, pohlídat si potenciální strůjce šikany a včas zasáhnout. Oficiální/psychologické/vědecké postupy neznám. Vycházím z otevřeného vztahu a z důvěry dětí, kterou ke mně mají.* Informant 1 svou odpověď doplnil o *...vysvětlit dětem rizika pohybu po síti a všemožných sdílení fotek a důvěrných informací a podobně.* Podle informanta 5 je *... nejdůležitější komunikace a takzvané „zdravé“ tréninkové prostředí a vztah sportovce s trenérem.* viz Obrázek č. 4.

Obrázek č. 4 – Ochrana před šikanou a kyberšikanou



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Další dvě otázky byly zaměřené na to, zda *mají děti možnost využití tzv. schránky důvěry, a pokud ne, jak se děti trenérům svěřují se svými problémy?* Informanti se shodují na tom, že děti mají kdykoliv možnost přijít a o všem s nimi mluvit. Informant 4 doplnil *...Pokud je závodnice spíše uzavřenější a stydlivější, přichází s problémem rodič a nastává rozmluva trenér – rodič – dítě.* viz Obrázek č. 5.

Obrázek č. 5 – Možnosti svěřeni se s problémem



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Na otázku *Pozval/a byste odborníka z řad psychologů na trénink?* odpověděli nejčastěji informanti (I1-I4), že nad touto otázkou nikdy nepřemýšleli a pokud by někoho pozvali, tak jen v případě, že by situace byla natolik vážná, aby ji nedokázali vyřešit s rodiči dětí sami. Informant 5 odpověděl *Určitě ne. Gymnastika je specifický sport i co se týče myšlení a trvá dlouhou dobu, než všichni pochopí, jak „se věci mají“.* *Kdybych už zvažovala psychologa, tak jedině sportovního.* viz Obrázek č. 6.

Obrázek č. 6 – Odborník z řad psychologů



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Následující otázka je odvozena z otázek předešlých *Kolik času z tréninku trenéři věnují na popovídání si s dítětem?* Odpovědi informantů se shodovaly (viz Obrázek č. 7) *...záleží na fázi závodní sezony, pokud je v plném proudu, moc času není.* Také se shodují s tím, že *... děti vědí, že za námi mohou přijít kdykoliv před a po tréninku, pokud je to aktuální a akutní tak i během...* Informant 3 uvedl *děti na mě mají i telefonní kontakt, mohou zavolat kdykoliv.* viz Obrázek č. 7.

Obrázek č. 7 – Čas na popovídání si s dítětem



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Na to, zda trenéři mluví s dětmi otevřeně o problémech šikany a kyberšikany odpověděli informanti následovně. Informant 4 *Ne, spíše se snažíme morálně děti vychovávat a napomínat je, že některé chování není přípustné a ubližuje druhým. Problémy řešíme individuálně.* Informant 2 *Mluvím s nimi otevřeně o čemkoliv. Problémy šikany jsme však v oddíle dlouho neměli, a proto o tom nyní nevedeme nějak dlouhé rozhovory.* Další informanti se shodují, že *pokud je čas a situace to vyžaduje tak ano, jinak spíše ne.* (R1, R3, R5). viz Obrázek č. 8.

Obrázek č. 8 – Otevřenost trenéra při rozhovoru s dítětem



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Otázka číslo dvanáct byla úzce spjata s otázkami jedna a dvě. *Kdybyste měl/a podezření na šikanu či kyberšikanu ve svém oddíle, jak byste se zachoval/a, kam byste se obrátil/a o pomoc?* Informanti se shodují, že by nejdříve informovali rodiče, poté si promluvili s aktéry, pokud by situace byla vážná vyhledali by pomoc z řad policie apod. Informant 2 doplňuje ... *Nyní nevím, na koho bych se obrátila. Pokud by situace nastala, hledala bych na internetu.* Informant 3 *Určitě, bych nejdříve pořádně sledovala dané děti, u kterých bych toto podezření měla. Poté bych si s nimi promluvila a snažila se přijít na to, co se děje. Pozvala bych si rodiče a obeznámila je se situací. Pokud bych si nevěděla rady, asi bych sáhla po nějaké knížce či nějakém článku na internetu. V nejhorším případě bych vyhledala pomoc odborníka.* viz Obrázek č. 9.

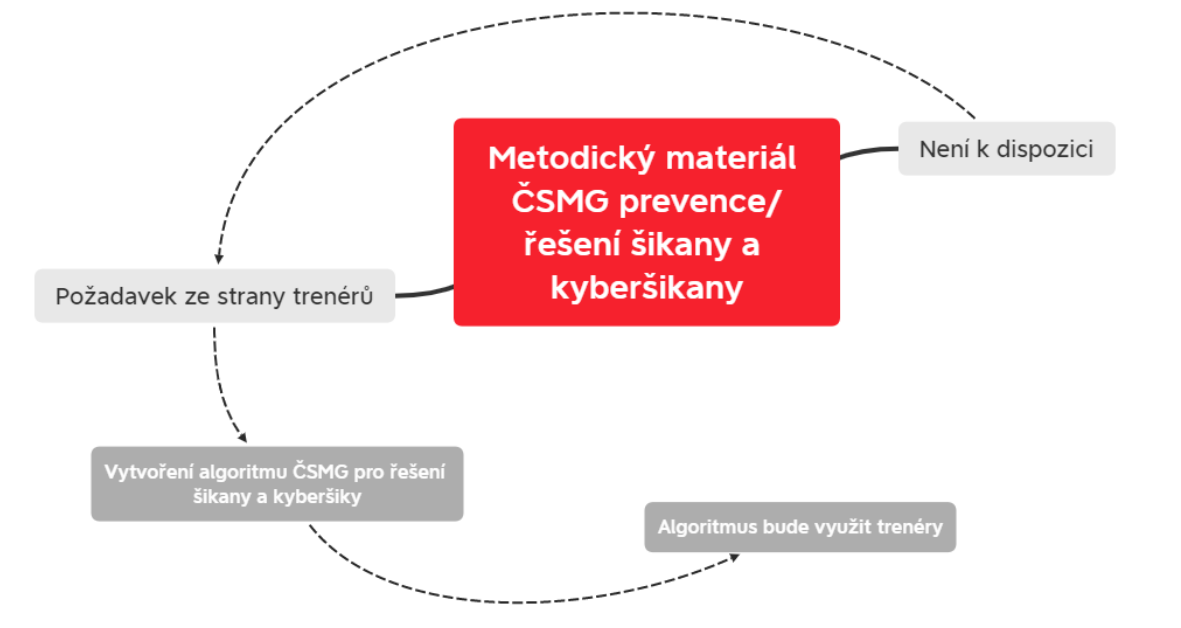
Obrázek č. 9 – Způsoby řešení šikany a kyberšikany



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

Na poslední otázku, *Byl Vám poskytnut metodický materiál (v rámci prevence šikany a kyberšikany) od Českého svazu moderní gymnastiky?* Od všem informantů jsme získali stejnou odpověď, a to *ne*. Na to jsme se zeptali *Kdybyste měli tento materiál k dispozici využili byste ho?* Opět jsme dostali shodnou odpověď od všech informantů, a to *ano*. viz Obrázek č. 10.

Obrázek č. 10 – Metodický materiál ČSMG²



Zdroj: Vlastní výzkum, 2021

² **Algoritmus** je přesný návod či postup, kterým lze vyřešit daný typ problému.

9 Diskuse

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, zda sportovní kluby moderní gymnastiky, které pracují s dětmi staršího školního věku, mají zkušenosti s výskytem šikany a kyberšikany. První část otázek z rozhovoru byla pokládána za účelem tohoto zjištění. První otázkou jsme zjistili, že trenéři mají zkušenost s výskytem šikany. Šikana se vyskytuje mezi dětmi v dnešní době všude kolem nás, ve školním, sportovním i rodinném prostředí. Říčan (1995) stejně tak Kolář (2011) uvádí, že šikana je všudypřítomná a provází nás celý život. Což potvrzuje i Zvěřinová (2006), která uvádí že 25 % dětí se již setkala se šikanou, proto předpokládáme, že trenéři mají zkušenosti s výskytem šikany. Z výsledků vyplynulo, že dva z dotazovaných trenérů mají zkušenosti se šikanou svých svěřených dětí i ze strany jiného trenéra. Z tohoto vyplývá, že agresorem může být kdokoliv, což potvrzuje i Eliotová (2000), která říká, že agresorem nemusí být vždy tělesně zdatná osoba. Toto zjištění nás překvapilo, nepředpokládaly jsme, že by trenéři přiznali, že by se i takováto forma šikany v klubech vyskytovala. O šikaně ze strany trenérů v zahraničí se můžeme více dozvědět v dokumentu *Gymnastka A*, který je volně dostupný k shlédnutí na Netflixu. Bohužel i v České republice tiskem proběhly informace potvrzené nejmenovanou gymnastkou, že i v českých klubech trenéři šikanují své svěřenkyně. Stejně jako v dokumentu zde zmiňuje postoj ze stran jiných trenérů k danému incidentu. Bohužel z obou zmíněných případů zjišťujeme, že dané situace se nezveřejňují a toto téma je ve společnosti spíše tabuizované. Daní trenéři, kteří šikanují své svěřence jsou chráněni zastřešující organizací a tyto události jsou bagatelizovány. Člověk v postavení trenéra nemá jednoduchou roli, pro každého je to velká odpovědnost. Tato odpovědnost nese klady, ale i zápory. Trenér by neměl tyto jevy ve svém klubu přehlížet, a tzv. „zametat pod koberec“. Toto nás dovedlo k otázce, jak se tedy mohou děti svěřit se svým problémem trenérovi? Informanti se shodli, že nemají k dispozici tzv. „schránky důvěry“ jako je tomu například ve školách, ale shodně uvedli, že děti mají možnost kdykoliv přijít a v soukromí si s trenéry promluvit. V dnešní společnosti s rozvojem sociálních sítí můžeme říct, že kyberšikana je na vzestupu, což potvrzují i statistické údaje z let 2011–2019, kdy byl zaznamenán nárůst počtu kybernetických útoku z 1 502 na 8 417 útoku (e-bezpečí.cz). Avšak i přes tato data, dva informanti uvedli, že se s kyberšikanou nesetkali. Vzniká zde tedy fakt, že kyberšikana je poměrně ještě stále novým a neznámým pojmem pro společnost, což potvrzují i statistiky ČSÚ (2018), ze kterých vyplývá, že pojem kyberšikana byl před deseti lety pro společnost neznámý.

Druhým cílem bylo zjistit, zda jednotlivé sportovní kluby moderní gymnastiky vědí, jaký je správný postup při řešení šikany a kyberšikany. Z výsledku vyplynulo, že daní trenéři z důvodu vytížené závodní sezóny nemají vždy dostatek času na rozhovory s dětmi. Avšak podle Koláře (2011) je právě čas jeden z důležitých prvků při postupu řešení šikany či kyberšikany. S tímto tvrzením se shodujeme, jelikož považujeme kyberšikanu v dnešní pokročilé době za velmi závažné téma. Děti mají telefony stále u sebe a tráví na nich hodně času bez většího dohledu rodičů. Díky tomu má pak agresor neustálý přístup k oběti přes sociální sítě, SMS apod. Švestková a kol. (2019) upozorňují, že agresori využívají sociální sítě k tomu, aby ublížili své oběti. Nejčastěji se jedná o šíření fotografií, videí, psaní výhrůžných zpráv apod. V období dospívání je důležité, aby si rodič s dítětem vytvořil vztah vybudovaný na důvěře. Dítě musí mít pocit, že není kontrolováno, ale zároveň by rodič měl mít určitou kontrolu nad „virtuálním“ pohybem svého dítěte. Dle Vágnerové (2012) je rodina nejdůležitější složkou při psychickém vývoji dítěte, měla by vytvořit v dítěti pocit důvěry a jistoty. Při sportování dítě bere trenéra jako svého druhého rodiče, jelikož s ním tráví spoustu času, i zde jde tedy velmi důležité vytvořit si s dítětem bezpečný vztah založený na důvěře. Toto tvrzení potvrzuje Vespalec a kol. (2014), kteří uvádí, že když dítě bude ve sportovním prostředí, ve kterém se cítí dobře, je větší šance, že se sportováním bude nadále pokračovat. Při vyhodnocování rozhovoru bylo zjištěno, že dva trenéři na otázku, zda se se šikanou setkali, odpověděli ano, na další otázky, zda o šikaně mluví s dětmi a jak komunikují s rodiči o tomto problému, však odpověděli, že s rodiči o tomto problému nemluví, protože se šikana u nich v klubu dlouho neobjevila či vůbec. Tyto odpovědi mohou vyvolat otázku, zda trenéři nad problémem šikany a kyberšikany mezi svěřenými dětmi úmyslně nezavírají oči, protože je snadnější nic nevidět a nezabývat se řešením dané situace. Proto jsme se chtěli ujistit, zda trenéři vědí, jak šikanu a kyberšikanu ve svých klubech řešit, a položili jsme doplňující otázku, kam by se popřípadě obrátili o pomoc, kdyby se šikana a kyberšikana v jejich klubu vyskytla. Informanti odpověděli, že by hledali v knihách, či na internetu, nebo by jednali intuitivně. Toto zjištění nás dovedlo k závěru, že nemají ponětí o existenci metodického dokumentu a doporučení v rámci prevence šikany a kyberšikany vytvořeného MŠMT. V rámci trénování nejsou specifické pokyny, jak v rámci volnočasových aktivit, tak ve sportovních klubech či nestátních organizacích, ale amatérští edukátoři se mohou řídit těmito pokyny a přílohami (MŠMT, 2016 a).

Od druhého cíle byla odvozena výzkumná otázka, zda mají trenéři poskytnutý metodický materiál k prevenci šikany a kyberšikany. Z výzkumu vyplynulo, že trenéři metodický plán nemají, ale i přesto uvádějí postup svého řešení. Řešení na šikanu a kyberšikanu je těžké najít, i přestože existují metodické dokumenty poskytnuté MŠMT, trenéři i pedagogové se dopouštějí mnoha chyb v postupu při řešení těchto jevů. Například když se při příchodu trenéra do tělocvičny svěřenci pošťuchují, na přímou otázku, zda se něco neděje, svěřenci těžko napřímo odpoví, že ano. Trenéři nejvíce za řešení situace považují rozhovory s oběťmi a agresory, čímž si někteří trenéři protiřečí, jelikož na otázku, zda si s dětmi během tréninku povídají, odpověděli, že není dostatek času. Při postupu řešení není dobré mluvit s obětí a agresorem najednou, jelikož to nepřinese dobrý účinek. Je také důležité vybudovat v oběti zpět jeho sebejistotu a důvěru v lidi, což potvrzuje i Machová a Kubátová a kol. (2016), které uvádějí, že je důležité podporovat obranyschopnost, sebedůvěru a životní jistotu dítěte. Avšak nesmíme zapomenout ani na agresora, který určitou pomoc také potřebuje, protože i chování agresora je podmíněno nějakým závažným důvodem, což potvrzují i Elliotová (2000), a Moa- jc.cz ©, kteří říkají, že agresori trpí sami potlačovaným komplexem. Dále je dle našeho názoru důležité promluvit si i s kolektivem a trest agresorovi dát před ostatními, kolektiv přeci jen často o výskytu šikany ví, ale neprozradí ji, tím se stávají pozorovateli a sekundárními účastníky, o kterých se zmiňuje i Švestková a kol. (2019), kdy sekundární agresori zvyšují intenzitu útoku například sdílením fotek, posmíváním, ukazováním apod. Podle Koláře (2011) je důležité si zjistit veškeré informace ohledně daného problému, dokázat rozlišit, zda se jedná o šikanu nebo kyberšikanu či jen o teasing nebo jen o neškodnou rivalitu mezi dětmi. Dle našeho názoru je důležité pozorovat chování svých svěřenců a sledovat i tzv. vývoj „nepřímých varovných signálů“ jako jsou např.: pokles výkonnosti, mlčenlivost, vyhýbání se očnímu kontaktu apod. Zjistit veškeré informace považujeme i my za velmi důležité v postupu proti šikaně a kyberšikaně, proto by bylo vhodné vytvoření metodického plánu prevence proti šikaně a kyberšikaně pro trenéry sportovních klubů. Dětská rivalita je v určité míře důležitá, dítě se poté dokáže v životě poprat lépe s překážkami. S tím se ztotožňuje Blažej (2019), který uvádí, že sportovní činnost je pro dítě sama o sobě prožitkově velmi bohatá. Na závodech a zápasech dítě prožívá různorodé pocity, ty pro ně později nejsou nové v osobním životě a dokážou na ně lépe reagovat. Z rozhovoru s I2 vyplynulo, že je těžké rozeznat, zda se jedná jen o pošťuchování mezi dětmi či se jedná už o šikanu. Martínek (2015) teasing popisuje jako pouhé škádlení mezi dětmi, avšak je důležité upozornit a dané chování pozorovat. Z vlastní zkušenosti můžeme říct,

že s trenéry děti tráví kolikrát více času než s vlastní rodinou, a proto zde vzniká větší vztahové pouto. Chování trenérů má bezpochyby dopad na další psychický vývoj dítěte. Toto uvádí i Vágnerová (2012), která říká, že prostředí, ve kterém se dítě pohybuje ovlivňuje jeho další psychický vývoj. Vespalec a kol. (2014) uvádí, že pokud je dítě plně podporováno svým okolím, dochází k jeho zdravému rozvoji. Dále uvádí, že v sociálním prostředí hraje důležitou roli kolektiv nejen školní, ale i sportovní, ve kterém by se měl jedinec cítit dobře. S tímto výrokem se ztotožňuje i Perič (2004), který tvrdí, že v období dospívání dochází ke změně psychického chápání a vnímání věcí kolem sebe, utvářejí se společenské vztahy, mění se pozice dítěte. Trenér má v této oblasti silnou pozici a měl by jít dítěti příkladem a být mu oporou. Na otázku *Pozval/a byste odborníka z řad psychologa na trénink?* odpověděli informanti, že pokud by se jednalo o závažnější formu šikany, se kterou by si nevěděli rady, tak ano, pozvali. Jsme téhož názoru, jelikož nepovažujeme za žádnou ostudu pozvat si přímo specializovaného odborníka k řešení vážného problému se kterým si my sami nedokážeme poradit. Proto si myslíme, že by prevence a řešení šikany a kyberšikany měla být zařazena do školení nových trenérů.

10 Závěr

Ve své bakalářské práci jsem se zabývala tématem šikany a kyberšikany u dětí staršího školního věku ve sportovních klubech. Tato tematika je aktuálním tématem, a to nejen ve sportovních klubech, ale i ve školním prostředí apod.

V teoretické části bakalářské práce jsem nastínila rizikové chování dětí, a to zejména šikanu a kyberšikanu. Dále jsem charakterizovala psychický a fyzický vývoj dítěte, organizace zaměřené na pohyb a sportovní aktivity dětí a v neposlední řadě sportovní kluby moderní gymnastiky.

Praktická část byla realizována za pomoci kvalitativního typu výzkumu. Tato bakalářská práce byla zaměřena na dva cíle. Prvním cílem bylo zjistit, zda sportovní kluby moderní gymnastiky, které pracují s dětmi staršího školního věku, mají zkušenosti s výskytem šikany a kyberšikany. A druhým cílem bylo zjistit, zda jednotlivé sportovní kluby moderní gymnastiky vědí, jaký je správný postup při řešení šikany a kyberšikany. Od stanovených cílů se odvíjely výzkumné otázky. První výzkumnou otázkou bylo: Předpokládáme, že sportovní kluby moderní gymnastiky, které pracují s dětmi staršího školního věku, mají zkušenost s výskytem šikany a kyberšikany. Druhá výzkumná otázka zněla: Mají k dispozici jednotlivé sportovní kluby moderní gymnastiky metodický materiál v rámci prevence šikany a kyberšikany od Českého svazu moderní gymnastiky?

Na základě výsledků bylo zjištěno, že trenéři spíše vědí, jak postupovat při šetření šikany a kyberšikany. K šetření používají nejčastěji rozhovory s agresorem a obětí, následně s jejich rodiči, poté s celým kolektivem. I přes tyto tvrzení z výsledků vychází, že trenéři na rozhovory s dětmi o šikaně a kyberšikaně nemají dostatek času. Dále bylo zjištěno, že trenérům není poskytnut metodický plán, jak správně postupovat, ale přesto o tuto problematiku mají zájem a pokud se vyskytne v jejich sportovním klubu, tak se snaží reagovat co nejvíce ve prospěch oběti. I přestože MŠMT v rámci prevence šikany a kyberšikany vytvořilo metodický materiál pro postup řešení těchto jevů, z našich výsledků vyplynulo, že trenéři o něm doposud nevěděli a informace si vyhledávali sami na internetu, či na dané situace reagovali instinktivně. Pokud by bylo trenérům nabídnuto zúčastnění se preventivního programu, většina z nich by se zúčastnila z důvodu lepší informovanosti, jak lépe postupovat v dané situaci a jak následně dbát na poškozenou psychickou stránku dítěte.

Díky získaným výsledkům docházíme k závěru, že trenéři nemají přesné informace k postupu řešení šikany a kyberšikany, proto považujeme za důležité, aby se povědomost o šikaně a kyberšikaně rozšířila nejen mezi pedagogy, ale i mezi amatérské edukátory sportovního a mimoškolního prostředí. V této oblasti se nesmí zapomenout na prevenci šikany a kyberšikany. Proto navrhuje následující řešení a způsob využití této bakalářské práce. Získané výsledky mohou být zajímavým podkladem pro širší výzkum šikany a kyberšikany ve sportovních klubech. Dále pak mohou být inspirací pro trenéry či metodickým materiálem pro zpracování preventivního programu pro dětské sportovní kluby. V neposlední řadě mohou být zajímavým podnětem pro rodiče dětí, které takové kluby navštěvují. Materiál může sloužit jako podklad pro vytvoření online semináře pro trenéry, dále jako učivo při skládání trenérských a rozhodcovských zkoušek.

11 Seznam použitých zdrojů

- 1) BENDL, S., 2003. *Prevence a řešení šikany*. Praha: ISV nakladatelství. 198 s. ISBN 80-86642-08-9.
- 2) BĚLÍK, V., HOFERKOVÁ, S., KRAUS, B., 2017. *Slovník sociální patologie*. Praha: Grada. 120 s. ISBN 978-80-271-9968-6.
- 3) BLAŽEJ, A., 2019. *Motivace dětí a mládeže ve sportu*. Brno: Masarykova univerzita. 148 s. ISBN 978-80-210-9355-3.
- 4) BUŘIČOVÁ KADLECOVÁ, J., 2010. *Pedagogická intervence u žáků ZŠ*. Praha: Wolters Kluwer Česká republika. 332 s. ISBN 978-80-7357-603-5.
- 5) CAKIRPALOGLU, P., 2012. *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada. 288 s. ISBN 978-80-247-4033-1.
- 6) COPYRIGHT., © 2016. *Přehled sociálních sítí podle zemí*. Dvoran Ltd. Marketing Consulting. [online]. [cit. 2020-09-10]. Dostupné z: <https://www.agenturadvoran.cz/socialni-site/marketing/prehled>
- 7) ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL, D., 2013. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada. 152 s. ISBN 978-80-210-6374-7.
- 8) ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. 2018. *Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci*. Praha: Český statistický úřad. ISBN 978-80-250-2876-6.
- 9) DEHUE, F., BOLMAN, C., VOLLING, T., & POUWELSE, M. 2008. Pesten op het werk: de relatie met gezondheid en verzuim en de rol van coping. *Gedrag & Organisatie*, 22(2), 97-118.
- 10) DOČEKAL, D., ECKERTO VÁ, L., 2013. *Bezpečnost dětí na internetu: rádce zodpovědného rodiče*. Praha: Computer Press. 224 s. ISBN 978-80-2513-804-5.
- 11) DOKTOR, M., 2016. *Organizace tělesné výchovy a sportu v ČR*. [online]. Praha: FTSV UK. 74 s. dostupné z: https://ftvs.cuni.cz/FTVS-677-version1-3102016_organizace_telesne_vyc.pdf

- 12) DURDOVÁ, I., 2002. *Sportovní management*. Ostrava: Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava, 121 s. ISBN 80-248-0130-2.
- 13) EISENLAUER, V., 2015. *A Critical Hypertext Analysis of Social Media: The True Colours of Facebook*. London: Bloomsbury Academic. 256 s. ISBN 978-1-4742-2286-0.
- 14) ELLIOTOVÁ, M., 2000. *Jak ochránit své dítě*. 3. vydání. Praha: Portál. 160 s. ISBN 80-7178-419-2.
- 15) E-BEZPEČÍ., 2020. *Statistika kybernetické kriminality za rok 2019*. [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta [cit. 2020-09-10]. ISSN: 2571-1679. dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/z-jinych-webu/1749-statistika-kyberneticke-kriminality-za-rok-2019>
- 16) GEISLLEROVÁ, E., 2012. *Mít přehled: Průvodce informačními a poradenskými službami pro mládež v ČR*. Národní institut dětí a mládeže MŠMT. 252 s. ISBN 978-80-87449-02-8.
- 17) HELUS, Z., 2018. *Úvod do psychologie*. 2. vydání. Praha: Grada. 312 s. ISBN 978-80-247-2985-5.
- 18) HENDL, J., 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál. 408 s. ISBN 80-7367-040-2.
- 19) HOFBAEUR, B., 2010. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta. 164 s. ISBN: 978-80-7394-240-3.
- 20) HOLLÁ, K., 2016. *Sexting a kyberšikana*. Iris. 165 s. ISBN 9788081530616.
- 21) HOLZMAN, O., 2018. *Patří nám i WhatsApp nebo Instagram, chce ukázat Facebook. Mateřskou firmu proto přejmenoval na FACEBOOK*. [online]. Praha: CzechCrunch s.r.o [cit. 2020-09-10]. dostupné z: <https://www.czechcrunch.cz/2019/11/patri-nam-i-whatsapp-nebo-instagram-chce-ukazat-facebook-materskou-firmu-proto-prejmenoval-na-facebook/>
- 22) KAVALÍR, A., 2009. *Kyberšikana a její prevence*. Plzeň: seznam se bezpečně. 104 s. ISBN 8086961788.

- 23) KELNAROVÁ, J., MATĚJKOVÁ, E., 2010. *Psychologie 1.díl: Pro studenty zdravotnických oborů*. Praha: Grada. 168 s. ISBN 978-80-247-3270-1.
- 24) KOLÁŘ, M., 2005. *Bolest šikanování*. 2. vydání. Praha: Portál. 256 s. ISBN 80-7367-014-3.
- 25) KOLÁŘ, M., 2011. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál. 336 s. ISBN 978-80-7367-871-5.
- 26) KOWALSKI, R., LIMBER, S., 2007. Electronic Bullying Among Middle School Students. *Journal of Adolescent Health*. 6 (1): S22-30. doi: 10.1016/j.jadohealth.2007.08.017.
- 27) KOŽÍŠEK, M., PÍSECKÝ, V., 2016. *Bezpečně na internetu: průvodce chováním ve světě online*. Praha: Grada. 176 s. ISBN 978-80-247-5595-3.
- 28) KREJČÍ, V., 2010. *Kyberšikana – kybernetická šikana*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta. 72 s. ISBN: 978-80-254-7794-5.
- 29) LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., 2006. *Vývojová psychologie*. 2. vydání. Praha: Grada. 368 s. ISBN 978-80-247-1284-0.
- 30) LINDEROVÁ, I., SCHOLZ, P., MUNDUCH, M., 2016. *Úvod do metodiky výzkumu*. Jihlava: Vysoká škola polytechnická Jihlava. 69 s. ISBN 978-80-88064-23-7.
- 31) MACHOVÁ, J., KUBÁTOVÁ, D., 2016. *Výchova ke zdraví*. 2. vydání. Praha: Grada. 312 s. ISBN 978-80-271-0994-4.
- 32) MARTÍNEK, Z., 2015. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 2. aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Grada. 192 s. ISBN 978-80-247-5309-6.
- 33) MŠMT., 2005. *Vyhláška o zájmovém vzdělávání*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/zajmove-vzdelavani-1>
- 34) MŠMT., 2010. *Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z:

<http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-apokyny>

- 35) MŠMT., 2014. *Novela – programů státní podpory práce s dětmi a mládeží pro nestátní neziskové organizace na léta 2011 až 2015*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/novela-programu-statni-podpory-prace-s-detmi-a-mladezi-pro>
- 36) MŠMT., 2015 a. *Institucionální výchova*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/akce-2>
- 37) MŠMT., 2015 b. *Organizace uznaná MŠMT pro oblast práce s dětmi a mládeží*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/organizace-uznana-msmt-pro-oblast-prace-s-detmi-a-mladezi>
- 38) MŠMT., 2016 a. *Metodické dokumenty (doporučení a pokyny)*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>
- 39) MŠMT., 2016 b. *Koncepce podpory sportu 2016–2025*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <https://sdv.msmt.cz/sport-1/koncepce-podpory-sportu-2016-2025>
- 40) MIOVSKÝ, M., 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada. 332 s. ISBN 80-247-1362-4.
- 41) MIOVSKÝ, M., SKÁCELOVÁ, L., ZAPLETALOVÁ, J., a kol., 2010. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN. 253 s. ISBN 978-80-87258-47-7.
- 42) MOA-JC.CZ. © *Zjišťování a náprava šikany*. [online]. © [cit. 2020-09-10]. Dostupné z: <https://www.moa-jc.cz/download/sikana.pdf>

- 43) NÁRODNÍ SPORTOVNÍ AGENTURA, 2020. *II. Akční plán ke koncepci SPORT 2025 na období 2020–2021*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: https://www.chess.cz/wp-content/uploads/2020/05/Priloha_2_VV143_Akcni_plan_Koncepce_sport.pdf
- 44) PATCHIN, J., W., 2016. *The World's First Definition of Cyberbullying* [online]. [cit. 2020-09-04]. Dostupné z: <https://cyberbullying.org/2016-cyberbullying-data>
- 45) PERIČ, T., 2004. *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada. 198 s. ISBN 80-2470-683-0.
- 46) PROCHÁZKA, M., 2012. *Sociální pedagogika*. Praha: Grada. 288 s. ISBN 978-80-247-4033-1.
- 47) PRUGNEROVÁ, M., a kol., 2019. *Psychologie pro studenty pedagogických oborů*. Praha: Grada. 280 s. ISBN 978-80-271-0532-8.
- 48) PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J., 2001. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál. 400 s. ISBN 978-80-7367-647-6.
- 49) REJZEK, J., 2012. *Český etymologický slovník*. 2. vydání. Voznice: Leda. 752 s. ISBN 80-8592-785-3.
- 50) RYCHTECKÝ, A., 2008. *Pokyny EU pro pohybovou aktivitu: Doporučená politická opatření na podporu zdraví upevňujících pohybových aktivit*. [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/sport/pokyny-eu-pro-pohybovou-aktivitu>
- 51) ŘÍČAN, A., JANOŠOVÁ, P., 2010. *Jak na šikanu*. Praha: Grada. 160 s. ISBN 978-80-247-2991-6.
- 52) ŘÍČAN, P., 1995. *Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. Praha: Portál. 95 s. ISBN 80-7178-049-9.
- 53) SEKOT, A., *Sport a společnost*. 2003. Brno: Paido, 191 s. ISBN 80-7315-047-6.
- 54) SKOPOVÁ, M. a kol., 2008. *Základní gymnastika*. 2. vydání. Praha: Karolinum. 180 s. ISBN 978-80-246-1478-6.
- 55) SOBOTKOVÁ, V., a kol., 2014. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Praha: Grada. 152 s. ISBN 978-80-247-4042-3.

- 56) SVOBODA, B., 1999. *Stručná pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 113 s. ISBN 80-7184-842-5.
- 57) ŠEVČÍKOVÁ, A., a kol., 2015. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada. 184 s. ISBN 978-80-247-5010-1.
- 58) ŠIMŮNKOVÁ, I., PANSKÁ, Š., 2020. *Český svaz moderní gymnastiky: Historie MG*. [online]. Praha: Sportpropag. [cit. 2020-10-12]. Dostupné z: <http://www.csmg.cz/cs/historie-mg/>
- 59) ŠIRŮČKOVÁ, M. Rizikové chování. 2015. In: MIOVSKÝ, M. a kol., *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování*. 2. Vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze, 161-166 s. ISBN 978-80-7422-393-8.
- 60) ŠVAŘÍČEK, R., ŠEĐOVÁ, K., 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. 377 s. ISBN 978-80-7367-313-0.
- 61) ŠVESTKOVÁ, R., SOLDÁN, L., ŘEHKA, M., 2019. *Kyberšikana*. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta. 82 s. ISBN 978-80-7394-752-1.
- 62) THOROVÁ, K., 2015. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál. 576 s. ISBN 978-80-262-0714-6.
- 63) VÁGNEROVÁ, M., 1996. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum. 353 s. ISBN 80-7184-317-2.
- 64) VÁGNEROVÁ, M., 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. 2. vydání. Praha: Karolinum. 523 s. ISBN 978-80-246-2153-1.
- 65) VÁGNEROVÁ, M., 2014. *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 815 s. ISBN 978-80-262-0696-5.
- 66) VESPALEC, T., ZVONÁŘ, M., PAVLÍK, J., 2014. *Antropomotorika*. Brno: Masarykova univerzita. 43 s. ISBN 978-80-210-7289-3.

- 67) WILLARD, N., E., 2007. *Cyberbullying and cyberthreats: responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Champaign. Ill.: Research Press. 311 s. ISBN 9780878225378.
- 68) ZVĚŘINOVÁ, P., 2006. *Šikana mezi dětmi*. Brno. Diplomová práce. Masarykova univerzita.

12 Seznam příloh

Příloha 1	Osnova rozhovoru
Příloha 2	Písemný souhlas s poskytnutím rozhovoru
Příloha 3	Ikony internetových aplikací
Příloha 4	Seznam tabulek a obrázků

13 Seznam zkratek

ČR	Česká republika
ČSMG	Český svaz moderní gymnastiky
ČSÚ	Český statistický úřad
EU	Evropská unie
LOH	Letní olympijské hry
MG	Moderní gymnastika
MŠMT	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
MZ	Ministerstvo zdravotnictví
NNO	Nestátní nezisková organizace
OH	Olympijské hry
SMS	Krátká textová zpráva

Příloha 1 Osnova rozhovoru

1. Setkal/a jste se někdy se šikanou? Pokud ano, jak jste to řešil/a?
2. Setkal/a jste se někdy s kyberšikanou? Pokud ano, kdy a kde a jak jste to řešil/a?
3. Absolvoval/a jste někdy preventivní program zaměřený na šikanu nebo kyberšikanu?
4. Kdybyste měl/a možnost absolvovat preventivní program, zúčastnil/a byste se?
5. Víte, jak chránit děti před šikanou a kyberšikanou?
6. Mají děti možnost napsat do tzv. schránky důvěry?
7. Pokud ne, jakým způsobem se vám svěří?
8. Pozval/a byste odborníka z řad psychologa na trénink?
9. Kolik času z tréninku věnujete popovídání si s dítětem?
10. Děti tráví většinu svého času na trénincích a v okolí trenérů, mluvíte s nimi otevřeně o problémech šikany a kyberšikany?
11. Kdybyste měl/a podezření na šikanu či kyberšikanu ve svém oddíle, jak byste se zachoval/a kam byste se obrátil/a o pomoc?
12. Byl Vám poskytnut metodický materiál (v rámci prevence šikany a kyberšikany) od Českého svazu moderní gymnastiky?

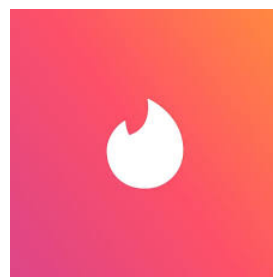
Příloha 3 Ikony internetových aplikací



Facebook



Instagram



Tinder



Twitter



TikTok



LinkedIn



Microsoft Teams



Google Classroom



Zoom



Skype



Pinterest



Snapchat

Zdroj: agenturadvoran.cz

Příloha 4 Seznam tabulek a obrázků

- Tabulka č. 1 Harmonogram rozhovorů
- Obrázek č. 1 Zkušenost se šikanou a její řešení
- Obrázek č. 2 Zkušenost s kyberšikanou a její řešení
- Obrázek č. 3 Absolvování preventivního programu
- Obrázek č. 4 Ochrana před šikanou a kyberšikanou
- Obrázek č. 5 Možnosti svěření se s problémem
- Obrázek č. 6 Odborník z řad psychologů
- Obrázek č. 7 Čas na popovídání si s dítětem
- Obrázek č. 8 Otevřenost trenéra při rozhovoru s dítětem
- Obrázek č. 9 Podezření na šikanu či kyberšikanu
- Obrázek č. 10 Metodický materiál ČSMG