

Prevence šikany ve škole

doc. PhDr. Dana Kasperová, Ph.D.

Studijní opora čerpá z materiálů, které vznikly v rámci ESF projektu č. CZ1.07/2.2.00/18.0027.

2) Kyberšikana

Anotace: V této kapitole se budeme zabývat novou formou šikany v kybernetickém prostředí – kyberšikanou. Student by po jejím prostudování měl umět rozpoznat charakteristické znaky šikany, měl by umět diagnostikovat jedince či skupinu, která je kyberšikanou postížena. Dále by se měl naučit proti kyberšikaně adekvátně zasáhnout i zamyslet se nad možnostmi účinné prevence.

Klíčová slova: kyberšikana, projevy kyberšikany, základní rysy kyberšikany, diagnostika, intervence a prevence kyberšikany



Kyberšikana (cyberbullying) je záměrné násilné chování, které využívá či spíše zneužívá moderní informační technologie – mobilní telefony, e-maily, pagery, internet, blogy apod. Podobně jako klasické formy šikany definuje Kolář kyberšikanu: „Jeden nebo více žáků, úmyslně většinou opakovaně psychicky týrá a zraňuje spolužáka či spolužáky a používá k tomu novou informační a komunikační technologii – zejména internet a mobil.“¹ Kyberšikanu považujeme za jednu z forem psychické šikany.

K nejčastějším projevům kyberšikany patří zasílání obtěžujících, urážlivých sms zpráv či e-mailů, vytváření dehonestujících stránek a blogů. Může též sloužit k posilování klasických forem šikany, prostřednictvím nahrávání scén na mobilní telefony a rozesíláním pořízených záběrů spolužákům či jejich umístěním na internet. Takovéto zveřejnění ponižujících

¹ KOLÁŘ, M. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha : Portál, 2011, s. 84.

materiálů pro velký okruh lidí mnohonásobně zvyšuje trauma a utrpení oběti, proto je třeba tuto formu šikany považovat za velmi nebezpečnou.

Příklady typických projevů kyberšikany:

- zasílání urážlivých a zastrašujících zpráv prostřednictvím SMS a emailů („Uděláme ti ze života peklo! Dostaneš do huby! Budeš kňučet strachy!“);
- rozesílání dehonestujících a ponižujících fotografií a videí (např. zvířat s tváří oběti);
- vytváření webových stránek, kde je oběť zesměšňována, urážena (www.zmlatsmudlu.cz);
- pořádání negativních internetových anket, kdo je nejošklivější, nejblbější atd.;
- nahrávání scén s obětí (bití, kopání, svlékání, oběť na WC aj.).

1. Charakteristické rysy kyberšikany

A) Anonymita

Využití moderních komunikačních technologií k šikanování umožňuje, aby agresor zůstal anonymní. Oběť se tak nikdy nemusí dozvědět, kdo ji týral. Jak potvrzují výzkumy², téměř 40% obětí kyberšikany se nikdy nedozví identitu pachatele. Agresor se často skrývá za přezdívky, skrytá čísla či smyšlené emailové adresy. Prostředí virtuální reality mu navíc dovoluje, aby své násilí stupňoval a činil i to, co by si tváří v tvář oběti mnohdy nedovolil.

B) Nezávislost na místě a času

Kyberšikana se může objevit kdykoli a kdekoli. Zatímco při klasických formách šikany se většinou jedná o fyzické střetnutí oběti s agresorem, jehož podoby lze do určité míry předvídat a v některých případech je možné se mu vyhnout, před kyberšikanou se schovat nelze. Agresor může svou oběť pronásledovat v jakémkoli

² Srv. VÁGNEROVÁ, K. a kol. *Minimalizace šikany : Praktické rady pro rodiče*. Praha : Portál, 2011, s. 94.

čase i na místech, kde se dříve mohla oběť cítit bezpečně, kde hledala útočiště – např. doma.

C) Proměna agresora a oběti

Agresorem bývá jedinec zdatný v informačních technologiích a to může dnes být prakticky kdokoli. Není zapotřebí, aby jedinec byl silný fyzicky či sociálně tak, jak tomu obvykle bývá u běžných forem šikany. Technicky zdatný agresor se ani nemusí příliš obávat, že bude vypátrán.

Rovněž tak obětí se může stát kdokoli – nemusí to být outsideri z řad vrstevníků či děti mladší a slabší. Je však třeba zmínit, že vyšší riziko hrozí dětem, které jsou na mobilech či internetu závislé. Občas se terčem útoku stávají i učitelé (např. zveřejněním dehonestujících materiálů na portálech s vysokou návštěvností).

D) Opakované zraňování

Kyberšikana je neukončenou záležitostí. Urážlivé emaily či SMS se oběti znovu a znovu připomínají, opakovaně se k nim vrací, stále dokola je pročítá. Napsaná urážlivá slova se jí bytostně dotýkají. Cítí se bezmocně, obzvláště v případech, kdy jsou hrubé urážky její osoby vyvěšeny na webových stránkách a ona nemá šanci je vymazat či zrušit. Takové útoky pak v oběti vyvolávají pocit trvalého napětí a nikdy nekončícího a stále se opakujícího ataku.

E) Početné publikum

Kyberšikana se vyznačuje značně početným obecnstvem, zvláště v případech, kdy se jedná o kyberšikanu prostřednictvím webových stránek, se divákem může stát kdokoli, kdo má přístup na internet. Vyvěsí-li agresor ponižující fotografii jednou na internet, pak si ji může zkopírovat a dále šířit kdokoli. Oběti často pociťují úzkostné obavy z veřejného ponížení, které mohou sledovat tisíce lidí, což jejich utrpení násobí. Nežádka se oběť pod tímto tlakem psychicky zhroutí.

F) Rychlé šíření a obtížná kontrola

Je velmi obtížné kontrolovat elektronicky posílané zprávy, proto většinou trvá delší dobu, než se objeví nějaký problém. Dětem jsou mobilní telefony či internet běžně dostupné, což umožňuje rychlé šíření a stále větší „oblibu“ kyberšikany.

2. Diagnostika – jak rozpoznat kyberšikanu?

Podobně jako u klasických forem šikany, je i při kyberšikaně důležité, aby učitelé a zejména rodiče věnovali projevům dítěte dostatečnou pozornost, včas zpozorovali změnu v jeho chování či psychickém rozpoložení, dostatečně s ním komunikovali a zajímali se o jeho problémy a starosti.

Na kyberšikanu mohou upozornit jak přímé či nepřímé znaky (shodné s jinými formami šikany – nechut' či strach chodit do školy, výsměch, nadávky, uzavřenost vůči kamarádům apod.), tak i varovné signály, které jsou pro tuto formu specifické.

Nepřímé znaky kyberšikany:

- rychle vypíná monitor nebo zavírá programy v počítači, když se přiblíží dospělí;
- tráví u počítače dlouhé hodiny v noci;
- vyhýbá se rozhovorům o tom, co na počítači vlastně dělá;
- je nervózní, nejisté či posmutnělé při čtení SMS a emailů;
- při odchodu od počítače je frustrované;
- přehnaně se u počítače směje;
- používá několik online účtů nebo adres, které ani nejsou jeho;
- ve škole mohou být podezřelé smějící se hloučky u počítače.

Jak již bylo uvedeno výše, kyberšikana má s běžnou psychickou šikanou mnoho společných charakteristik – děje se záměrně, opakovaně, zahrnuje psychické násilí. Obě tyto formy způsobují psychická traumata, která nebývají vidět a jsou obtížně léčitelná. Oběť se cítí opuštěná, ponížená, vyčleněná ze školního kolektivu. Šikana odehrávající se ve škole bývá velmi často propojena s kyberšikanou. Při řešení šikanování ve škole se velmi často rozkryjí i případy kyberšikany, které lze řešit. Mnohem obtížnější je řešit kyberšikanu, která se děje v mimoškolním prostoru. Samostatnou kyberšikanu je

v současnosti velmi obtížné postihnout a hlavní roli by při jejím odhalení a řešení měli sehrát rodiče dítěte. Následující řádky jsou proto určeny jak učitelům, tak rodičům.

3. Intervence při výskytu kyberšikany³

A) Co by měl udělat rodič nebo učitel:

- ✓ Uložit, vytisknout nebo jinak uchovat emaily, SMS či webové stránky od agresora. Později to poslouží jako důkazní materiál.
- ✓ Pokuste se zjistit, kdo je agresor (např. může o sobě uvádět některé údaje na internetu).
- ✓ Kontaktujte poskytovatele serveru, který agresor zneužívá a požádejte ho, aby mu zamezil přístup (např. na základě shromážděných materiálů dokládajících šikanování).
- ✓ Pokud má rodič podezření, že agresorem je spolužák či že se kyberšikana odehrává v prostorách školy, měl by o tom co nejdříve informovat vedení školy a třídního učitele

B) Co by mělo udělat dítě:

- ✓ nekomunikovat s agresorem (neodpovídat na SMS či emaily, nesnažit se uvádět věci na pravou míru, vyvracet je. Cílem agresora je oběť vyprovokovat a jakákoli její reakce mu dává pocit síly. Naopak bez odezvy, neví na čem je a může ho to brzy přestat bavit.)
- ✓ změnit svou virtuální identitu (změnit SIM kartu, emailovou adresu, vystupovat pod jinou přezdívku apod.);
- ✓ blokovat přístup (zablokovat si přijímání hovorů či emailů od útočníka. Jde o znesnadnění přístupu, neboť agresor může své virtuální identity měnit a nelze tedy další útoky zcela vyloučit.);

³ K tomu srv. VÁGNEROVÁ, K. a kol. *Minimalizace šikany : Praktické rady pro rodiče*. Praha : Portál, 2011, s. 98-99.

- ✓ nikde neuvádět svou skutečnou identitu (jméno, věk, telefon) ani žádné údaje o své rodině či kamarádech, podle nichž by mohl agresor obět identifikovat;
- ✓ útok oznámit rodičům či jiným dospělým, jimž důvěřuje a kteří mu pomohou;
- ✓ zavolat na Linku bezpečí.

4. Prevence kyberšikany

Netiketa (z angličtiny net = síť a etiketa) vymezuje základní pravidla slušného chování v internetovém světě. Základním principem je, že na internetu (ve virtuální realitě) bychom se měli chovat podobně jako v reálném světě. Prostředky informačních technologií mají tu nevýhodu, že komunikaci odlidšťují, tj. v uživateli mohou vytvářet dojem, že komunikuje s obrazovkou a nikoli s jiným člověkem na druhé straně obrazovky. Přitom, uživatel by měl mít vždy na zřeteli, že adresátem jeho sdělení je člověk a podle toho by se měl též ve virtuálním světě chovat.

Nejčastější zásady netikety:

- Nezapomínejte, že na druhé straně sedí člověk a ne počítač. Přemýšlejte o tom, co napíšete. Určitým vodítkem může být, jestli byste to řekli danému člověku do očí.
- Nebuďte útoční a agresivní. Chovejte se slušně na internetu stejně jako v běžném životě.
- Nejste středem kyberprostoru, nečekejte, že druhý ihned odpoví.
- Respektujte soukromí jiných. Jestliže Vám omylem přišla zpráva, která Vám nepatří, měli byste ji smazat a odesílatele upozornit na chybu. (Cizí dopis taky neotevřete!).

Jak se chránit před kyberšikanou?

Na tuto otázku neexistuje zaručená odpověď, ale při dodržování určitých pravidel, je možné pokusit se riziko kyberšikany minimalizovat. Jedná se v podstatě o netiketu vztaženou na kyberšikanu.

Pravidla pro ochranu před kyberútočníky:

- respektujte ostatní uživatele („Nechiňte druhým to, co nechcete, aby jiní činili Vám!“);
- dobře si rozmyslete co a komu odesíláte;
- udržujte hesla k emailům apod. v tajnosti (nesdělujte je ani kamarádům);
- nedávejte nikomu své osobní údaje (adresu, telefon, fotografie apod.);
- pokud se s někým nechcete bavit, nebavte se!;
- nikdy neodpovídejte na neslušné, hrubé či vulgární emaily, vzkazy apod.;
- nedomlouvejte si schůzku po internetu (případně by o ní měli vždy vědět rodiče – pozor na grooming);
- pokud Vás nějaký obrázek či email šokuje, okamžitě opusťte webovou stránku;
- svěřte se rodičům či jiným dospělým, pokud Vás něco na internetu vyděsilo.

Důležité je nejen znát zásady bezpečného užívání elektronických médií, zejména virtuální reality internetu, ale neméně podstatné je, aby dítě svým rodičům (učiteli) důvěřovalo a v případě nějakého problému se na ně nebálo obrátit.

Dítě by mělo znát tato tři pravidla:⁴

1. STOP nekomunikovat s agresorem;
2. BLOCK zamezit mu přístup;
3. TALK cokoli podezřelého oznámit dospělým.

⁴ Tamtéž, s. 102.



OTÁZKY:

- 1) Kyberšikana je nebezpečná a velmi trýznivá forma šikany. Proč?
Vyberte si jeden ze základních rysů a podrobně ho vysvětlete.

- 2) Jak se kyberšikana projevuje? Doplňte typické projevy kyberšikany.

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

- 3) a) Jak se má zachovat dítě, které si na chatu přečte následující text:

„Co sem jako lezeš? Koukej se okamžitě odpojit nebo tě zmlátíme!!! Měla by ses radši někam zahrabat... Zítra ve škole se připrav, dostaneš pořádný kapky, ty šprtko jedna blbá. Co si o sobě vůbec myslíš, ubožačko!“

1.
2.
3.
4.
- 5.

b) Jak by se měl zachovat rodič/učitel? Vyberte správné možnosti.

- pokusit se zjistit, kdo je agresor;
- odepsat mu a upozornit ho, že takové jednání pro něj může mít následky ve škole;
- co nejdříve informovat vedení školy a třídního učitele;
- omezit, popř. zakázat dítěti přístup na počítač;
- uložit, vytisknout nebo jinak uchovat emaily, SMS či www stránky od agresora.

4) Podle jakých znaků může učitel nebo rodič poznat, že dítě je terčem kyberšikany.

<ul style="list-style-type: none">•••••
