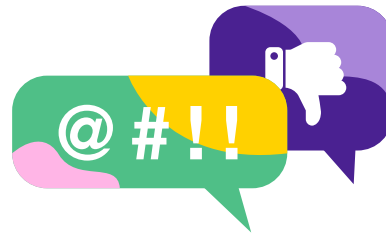


# Prečo sa kyberšikanou zaoberať?



## Pracovný list

### Definícia šikanovania zahŕňa základné znaky, ako sú:

- 1. jasný úmysel ublížiť druhému,**  
napr.: ohováranie, odhalenie súkromných faktov, fotiek, názorov, posmievanie sa, nadávanie a vylúčenie zo spoločnosti ostatných,
- 2. útočníkom môže byť jedno dieťa alebo skupina detí (takzvaná asymetrická agresia),**
- 3. incidenty sú opakované,**  
jednorazová akcia sa väčšinou za šikanovanie nepovažuje,
- 4. nepomer síl medzi útočníkom a obeťou,**  
táto prevaha či bezbrannosť obeť môže byť skutočná alebo zdanlivá, prameniaca z osobnej sily, sebavedomia či pocitu menejcnosti jedinca alebo v prevahe skupiny.

V odbornej literatúre sa môžeme stretnúť s rôznymi pomenovaniami kyberšikanovania ako cyberbullying, elektronické šikanovanie, mobilné a internetové šikanovanie či elektronická agresia.

### Môžeme hovoriť o týchto typoch kyberšikanovania:

- **Online provokovanie** – správy s často urážlivým alebo vulgárnym textom, ktoré si žiadajú odozvu, reakciu, provokujú a chcú vtaiahnuť do podobného štýlu komunikácie.
- **Online obťažovanie** – široká paleta možností, ako niekomu znepriemniť život opakovaným posielaním e-mailov, fotiek, chatov, lajkov, komentárov a podobne. Agresor opakovane prezvára mobilom, posiela nechcené správy cez mobil, preťažuje e-mailovú schránku správami, zasiela vírusy. Snaží sa nabúrať alebo sa priamo nabúra do profilu obeť, zmení jej heslo, upravuje pôvodné správy, vydiera ju a manipuluje ňou pod zámienkou hrozby či zverejnenia ďalších nevhodných fotiek a. i.
- **Očierňovanie/ohováranie** – šírenie klebiet, hanlivých nepravd, výmyslov o obeť. Cieľom je zničiť alebo poškodiť dobré meno obeť, narušiť jej vzťah s priateľmi a ľuďmi okolo nej.
- **Online napodobňovanie** – útočník sa vydáva za obeť (ak je technicky zručný), chce ju dostať do problémov. Patrí sem vypracovanie profilov či krádež identity, vytvorenie webovej stránky alebo blogu, na ktorom sa robia žarty z obeť, šíria sa o nej nepravdy. Útočník často v mene obeť ubližuje ďalším osobám. Za tým všetkým sa neraz skrýva snaha spôsobiť obeť problémy.
- **Odhaľovanie** – môže ísť o onlajnové zverejnenie fotiek, obrázkov, videí, často kompromitujúcich či intímnych. Agresor sa snaží o získavanie osobných, súkromných údajov a ich následné zneužitie.
- **Vylúčenie z online skupiny** – to, čo je v reálnom svete pre mladých ľudí nepredstaviteľné a ťažko zvládnuteľné, sa stane v online svete. Ide o zámerné a hrubé vyčlenenie obeť. Nedovolia jej vstup do chatovacích miestností, jej meno chýba v zozname priateľov, ignorujú ju v diskusiách a, samozrejme, všetci jej dajú pocítiť, že je nevítaná.
- **Prenasledovanie/cyberstalking** – častou formou prenasledovania je neustále obťažujúce zasielanie vírusov, spamov, hromadných správ. Horšie je prenasledovanie, ktoré vznikne so záujmom/láskou k obeť a jeho cieľom je viac spoznať či získať si objekt. Robí sa to kontrolou jej e-mailov, profilov, stopuje sa jej komunikácia, prenasledovateľ sa rovnako môže zamerať na ľudí okolo obeť. Vytvára si databázu a dotvára ju fotením objektu.

## Kyberšikanovanie sa môže realizovať formou:

- rýchlych správ a e-mailov,
- blogov/internetových denníkov plných autorových názorov, postrehov s cieľom ponižit', poškodiť či vystrašiť obeť,
- fotografií, obrázkov a videí, ktoré urážajú, ponižujú a zosmiešňujú človeka,
- internetových ankiet, v ktorých sú otázky alebo výzvy na útok na vybranú obeť,
- lajkovaním, pri ktorom spolužiaci, kamaráti a rôzni iní ľudia vidia zverejnený škodlivý obsah a začnú ho lajkovať.

Ak sú komentáre nenávistné, urážajúce, vulgárne a pod., ich autori nimi síce vyjadrujú svoj názor, ale zároveň sa tak nepriamo stávajú spoluúčastníkmi šikany. Ten, komu je šikanovanie „určené“, si často nemusí zapamätať, kto konkrétne lajkoval, ale pamätá si počet.

- happy slapping alebo „fackovanie pre zábavu“ a jeho zdieľanie na internete,
- outing alebo zdieľanie intímnych chvíľ obeť na internete.

## Prevenia = ako sa chrániť či brániť deti a mladých ľudí

Je ťažké prisľúbiť dieťaťu 100 % ochranu, ako rodičia či učitelia však môžeme:

- poradiť obeť, aby sa vyhla potenciálnym nebezpečenstvám,
- zariadiť pre obeť bezpečnejšie miesta, zóny na internete,
- poradiť obeť konkrétne osoby, na ktoré sa môže obrátiť, ako sú rodič, súrodenec pre emocionálnu podporu alebo učiteľ informatiky pre technickú podporu,
- presvedčiť dieťa, aby oznámilo, keď sa ho útočník pokúsi opäť šikanovať. Ak nám to nepovie, nevieme mu pomôcť!



# Ako riešiť kyberšikanovanie?

## Pracovný list

### 1. v podmienkach školy

Myslíte si, že internet je verejným miestom a škola s ním nemá nič spoločné? Alebo je miestom, kde zodpovednosť za činy detí nesú len rodičia? Má sa škola zapojiť a riešiť to, čo sa deje v elektronickom svete detí?

Ak sa chcete zapojiť a riešiť správanie detí z vašej triedy a školy, pomôže vám, keď máte vopred pripravený postup.

#### Postup je nasledovný:

1. Sadnite si osamote s obeťou alebo obeťami – nech napíšu, čo sa stalo, a ak chcú, môžu mladšie deti nakresliť aj obrázok.
2. Skúste odhaliť agresora. Sadnite si s ním, s každým zvlášť, ak sú partia, nech napíšu, čo sa stalo.
3. Dohodnite sa osamote s každým členom partie/útočníkom. Povedzte mu, čo očakávate, a prediskutujte, ako porušil zásady správania na internete a v čom spočívala jeho kyberšikana.
4. Sadnite si s celou partiou ako skupinou a vyzvite každého zúčastneného, nech povie, čo ste individuálne prediskutovali.
5. Pripravte deti na stretnutie s ich vrstovníckou skupinou: „Čo budete hovoriť, čo napíšete na internete, keď odtiaľto odídete?“ Aby ste predišli tomu, že ich nevhodné správanie pochopí skupina ako „hrdinstvo“.
6. Nech sa rozhodnú akokoľvek, znovu im zdôraznite, že pri šikanovaní kohokoľvek leží zodpovednosť na všetkých – neexistujú nevinní diváci.
7. Pohovorte si s rodičmi zúčastnených (obeť aj útočníka) samostatne, ukážte im, čo deti urobili a ako prípad popísali.
8. Vedzte si o šikanovaní záznamy so všetkými popismi od detí a prijatými závermi, príp. postihmi či trestmi.
9. Naučte obeť obranné stratégie.
10. Neuznávajte falošné výhovorky: šikanovanie bola „nehoda“, bola to „iba sranda“, všetci sa pobavili, bola to „hra“.
11. Zavolajte odborníkov na kyberšikanovanie (psychológa, policajta) a otvorte diskusiu s celou skupinou detí.
12. Preventívne buďte aktívni aj v iných triedach, zapájaním detí do seminárov o vhodnom správaní na internete a rizikách, napr. seminár Internetové deti (kontakt na [www.e-deti.sk](http://www.e-deti.sk)).



## Prekážky pri vyšetovaní

Do skrytého sveta skupiny a jej virtuálneho života je možné len veľmi ťažko preniknúť. Odhaleniu šikanovania totiž z rozličných dôvodov bránia všetci účastníci.

## Musíme počítať s nasledujúcimi fenoménmi:

- od obete možno len ťažko získať podrobnejšie a objektívne informácie,
- agresori neraz úporne a vynaliezavo klamú, používajú falošných svedkov a nútia obeť ku klamstvu,
- zásadnou chybou je bezprostredné konfrontovanie agresora s obeťou v reálnom živote, pre ostatných členov skupiny je príznačný strach vypovedať, pretože to chápu ako „bonzovanie, žalovanie či podraz“.

## 2. v podmienkach rodiny

Keď ako rodič zistíte, že je vaše dieťa kyberšikanované, musíte to zobrať vážne a stáť pri ňom.

## Odporúčame nasledujúce kroky:

- ukončíte komunikáciu s agresorom – neodpovedajte, nereagujte, nesnažte sa útok vrátiť, prípadne sa dohodnúť,
- zamedzte agresorovi prístup k dieťaťu,
- zablokujte útočníkovi prístup k účtu počítača alebo telefónnemu číslu, ak treba, skontaktujte poskytovateľa služby,
- uchovajte dôkazy – vytlačte/uložte si aj e-maily, textové správy (napr. pomocou klávesy Print Screen, je vpravo vedľa klávesy F12, zoberte aktuálny náhľad internetovej stránky a pomocou skratky Ctrl + V vložte napr. do dokumentu vo Word),
- oznámte útok, ak máte dojem, že je to nevyhnutné,
- obráťte sa na odborníkov a špecializované inštitúcie (psychológov, Linku detskej istoty 16 111, políciu). Je dôležité nájsť špecialistu na kyberšikanu a dohodnúť sa na konkrétnej pomoci pre vás aj dieťa. Ďalšie informácie nájdete na [www.e-deti.sk](http://www.e-deti.sk).



# Kyberšikana

## Poznámky pre učiteľov

Kyberšikana je v súčasnosti veľmi častým javom a nie vždy si uvedomujeme, že ide o obťažovanie alebo ubližovanie druhému. V nasledujúcom pracovnom liste je príbeh Petra a Tibora. Je rozdelený na časti, po ktorých nasledujú otázky pre vašich žiakov. Prečítajte deťom vždy jednu časť a potom im položte prislúchajúce otázky. Odpovede budú deti písať na papier, ktorý dostanú. Keď napíšu odpovede na jednotlivé otázky, skúste o nich spoločne diskutovať. Takto pokračujte až do konca príbehu. Najlepšie bude, keď si dieťa najskôr napíše svoju odpoveď a až potom bude nasledovať diskusia, aby nebolo ovplyvnené a dozvedelo sa niečo o sebe.

### Náš príbeh:

Tibor a Peter sa cez prestávku v škole hádali. Peter sa nahneval a hodil Tiborov peračník o zem. Tibor za to hodil Petrove pero do smetného koša. Keď sa Peter načialhol do smetného koša po pero, Tibor ho odfotil. Cez nasledujúcu prestávku si Tibor prezeral svoje fotky v mobile a prišlo mu smiešne, že Peter má na fotke ruku v smetnom koši. Zobral svoj mobil a ukázal Petrovu fotku chalanom v triede a vyhlásil, že Peter je smetiár.

- Zažil si už niekedy takúto alebo podobnú situáciu?
- Myslíš si, že takáto situácia by sa mohla stať?
- Čo sa ti na tomto príbehu páči/nepáči?
- Čo si myslíš, ako sa cíti Peter a ako sa cíti Tibor?
- Keby si bol na Tiborovom mieste, zdalo by sa ti to tiež smiešne?
- Keby si bol na Petrovom mieste, považoval by si to za žart?
- Ako by si sa cítil, keby si bol na Petrovom mieste?
- Čo si myslíš o tom, že Tibor zavesil takúto fotku na Facebook?
- Stalo sa ti už, že si si pridal svoju zábavnú fotku alebo video na internet a po krátkom čase si sa kvôli tomu cítil nepríjemne alebo trápne?



### Pozn. pre učiteľa:

Je dôležité akceptovať a nehodnotiť reakcie detí počas diskusie, aby sa uvoľnili a vedeli, že môžu vyjadriť svoj názor.

### Pokračovanie príbehu:

Tibor prišiel domov zo školy, pridal Petrovu fotku na Facebook a pomenoval ju „triedny smetiár“. Keď sa Peter vrátil večer z futbalového tréningu, prihlásil sa na Facebook. Našiel tam svoju fotku a zbadal, že ju lajklo 20 spolužiakov a 7 z nich k nej pridal aj svoj komentár.

- Ako by si sa cítil, keby si bol na Petrovom mieste?
- Čo si myslíš o tom, že Tibor zavesil takúto fotku na Facebook?

### Pozn. pre učiteľa:

Treba deťom zdôrazniť, že aj obyčajným lajkom alebo komentárom sa stávajú súčasťou kyberšikany. Peter premýšľa o tom, prečo toľko spolužiakov lajklo danú fotku a prečo sú medzi nimi aj jeho kamaráti alebo aj spolužiaci, s ktorými sa veľmi nerozpráva.

## Pokračovanie príbehu:

Na druhý deň, keď Peter prišiel do školy, sa mu takmer celá trieda smiala a pokrikovala na neho, že je „triedny smetiari“.

- Ako by si sa cítil na Petrovom mieste?
- Čo si myslíš o tom, ako sa správali Petrovi spolužiaci?

### Pozn. pre učiteľa:

Opäť nie je vhodné hodnotiť a posudzovať reakcie detí.

## Pokračovanie príbehu:

Po skončení vyučovania šiel Peter na obed a všimol si, že žiaci z iných tried si šepkajú a ukazujú na neho. Keď prišiel do jedálne, jeden chalan cez celú jedáleň na neho zakričal: „Aha, to je ten triedny smetiari!“

- Myslíš si, že je nejaký rozdiel medzi tým, keď sa Petrovi posmievali a pokrikovali na neho spolužiaci v triede, a tým, keď na neho pokrikovali žiaci z iných tried?

### Pozn. pre učiteľa:

Ak doposiaľ deti nevyslovili názor, že by bolo správne sa Petra zastáť, je dobré sa na to opýtať otázkami:

- Kto z vás by sa Petra zastal?
- Kto z vás by Petrovi pomohol?
- Kto vie, ako by sa dalo Petrovi pomôcť?
- Pamätáš sa alebo vieš o tom, že sa stalo niekedy niečo podobné?

Takýmito otázkami sa snažte zhrnúť, ako bojovať s kyberšikanou. Snažte sa s deťmi dospieť k stratégiám, ako ju nepodporovať alebo zastaviť. Hovorte s nimi o tom, čo kyberšikana je, čo všetko ju zahŕňa, naučte ich odhaliť ju a nepodporovať. Zdôraznite, aké môže mať dôsledky pre svoju obeť a aké môžu byť sankcie pre agresora.

