

Jihočeská univerzita
Teologická fakulta
Katedra etiky, psychologie a charitativní práce

Diplomová práce

NEBEZPEČÍ KYBERŠIKANY Z POHLEDU DÍTĚTE

Vedoucí práce: RSDr. Ján Mišovič, CSc.

Autor práce: Bc. Nicole Zvoníčková

Studijní obor: Etika v sociální práci

Ročník: 2

2016

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury. Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) 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 kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích 24. 3. 2016

.....
Bc. Nicole Zvoníčková

Poděkování

Děkuji vedoucímu své diplomové práce RSDr. Jánů Mišovičovi, CSc., za odborné vedení mé práce, ochotný a vstřícný přístup a za cenné rady a podnětné připomínky.

Dále děkuji Mgr. et Mgr. Karolině Diallo za konzultaci psychologicky zaměřené části mé práce.

Obsah

ÚVOD.....	7
1 ÚVOD DO PROBLEMATIKY	9
1.1 Východiska kyberšikany	9
1.2 Kyberprostor	10
1.3 Co je šikana	13
1.4 Co je kyberšikana	14
1.5 Rozdíl mezi šikanou a kyberšikanou.....	15
1.5.1 Anonymita	16
1.5.2 Anonymita oběti	17
1.5.3 Proměna rolí.....	19
1.5.4 Nezávislost na místě a čase.....	20
1.5.5 Technická zdatnost	20
1.5.6 Absence fyzické konfrontace.....	21
1.5.7 Frekvence.....	21
1.5.8 Publikum.....	22
1.5.9 Pohlaví	22
1.5.10 Obtížná možnost odhalení	23
1.6 Děti a média	24
2 NÁSTOJE KYBERŠIKANY	26
2.1 Informační a komunikační technologie - ICT.....	26
2.2 Internet	27
2.2.1 Pozitivní aspekty internetu.....	28
2.2.2 Negativní aspekty internetu	28
2.3 E-mail.....	31
2.4 Chat, diskuzní fóra	31
2.5 Blogy a webové stránky	32
2.6 Sociální sítě	33
2.7 Instant Messaging.....	35
2.8 Aplikace na chytré telefony	35
2.9 Mobilní telefony.....	36

2.10	Online hry	36
3	FORMY KYBERŠIKANY.....	40
3.1	Nevyžádaná sdělení.....	41
3.1.1	Spam	41
3.1.2	Hoax.....	42
3.2	Flaming	42
3.3	Obtěžování (harassment).....	43
3.4	Vyloučení a ostrakizace	43
3.5	Happy slapping.....	44
3.6	Krádež identity	44
3.7	Kybergrooming	46
3.8	Sexting.....	49
3.9	Kyberšikana učitele.....	52
4	PSYCHICKÉ ASPEKTY KYBERŠIKANY.....	54
4.1	Psychický vývoj v dospívání.....	55
4.1.1	Vrstevnické vztahy	56
4.1.2	Emoce	58
4.2	Vliv šikany	58
4.3	Okolnosti zhoršující kyberšikanu.....	59
4.4	Psychické následky u agresora.....	61
4.4.1	Motivace ke kyberšikaně	64
4.5	Psychické následky u oběti	64
4.6	Problémové oblasti související s kyberšikanou.....	67
4.6.1	Rozchod	67
4.6.2	Sociální izolace	68
4.6.3	Tělesné změny	69
4.6.4	Nové problémové chování	70
4.7	Reakce oběti – copingové strategie.....	71
5	KYBERŠIKANA Z POHLEDU DĚTÍ.....	75
5.1	Setkání s kyberšikanou.....	75
5.2	Formy kyberšikany.....	76
5.3	Postoj vůči kyberšikaně.....	77
5.4	Prožívané pocity.....	78
5.5	Obrana proti kyberšikaně	78

5.6	Využívání sociálních sítí	79
5.7	Komunikace s cizími.....	79
5.8	Uváděné údaje	80
5.9	Svěření se s problémy	80
5.10	Následky – dopady	81
5.11	Rodiče.....	82
6	MOŽNOSTI ŘEŠENÍ.....	84
6.1	Prevence	85
6.2	Role sociálního pracovníka	88
6.3	„Perspektiva“ kyberšikany a její řešení.....	90
	ZÁVĚR	93
	SEZNAM ZDROJŮ	96

ÚVOD

Ve své diplomové práci se budu zabývat kyberšikanou, což je fenomén získávající v posledních letech na síle i na vážnosti. Jsem přesvědčena, že každý uživatel moderních komunikačních technologií se může stát jak agresorem, tak obětí či jedním z početných přihlížejících. Považuji proto za nutné ve své práci podat ucelený pohled na tuto problematiku, zejména s ohledem na děti a dospívající, kteří jsou nejzranitelnějšími uživateli ve virtuálním prostoru, zejména proto, že si většinou neuvědomují možná nebezpečí, která při používání informačních a komunikačních technologií mohou vzniknout. Tak jako je neakceptovatelné násilí a trestné činy, tak je potřeba vnímat i kyberšikanu, která má ve svých jednotlivých projevech často blízko k oběma zmíněným problémům. Při své práci jsem se setkala s mírnějšími i velmi závažnými projevy kyberšikany, u dětí i u dospělých, přičemž všechny případy mají jedno společné – nesmí zůstat neřešeny a přehlíženy, neboť mohou mít tragické následky.

Cílem mé práce je přiblížení problematiky kyberšikany včetně jejích forem, projevů a možných psychických dopadů na oběť i agresora. Také chci přiblížit dospělým postoj a pohled dětí na tento problém, včetně jejich zkušeností s kyberšikanou. Chci poukázat na důležitost pomoci účastníkům kyberšikany, která je nejefektivnější jakožto komplexní spolupráce dětí, pedagogů a zejména rodičů, kteří mají majoritní vliv na návyky dětí, co se týče užívání informačních a komunikačních technologií. V rámci pomoci a řešení kyberšikany se zaměřím na místo a roli sociálního pracovníka, které může v této problematice zaujímat.

Práce je rozdělena na šest kapitol. První kapitola se zabývá úvodem do problematiky, kde popisují východiska kyberšikany, charakterizují kyberšikanu a také šikanu jakožto oblast, na kterou kyberšikana navazuje, uvádím rozdíly mezi oběma fenomény a popisují vztah dětí a médií. Ve druhé kapitole uvádím jednotlivé nástroje kyberšikany, ve třetí kapitole její konkrétní formy. Čtvrtá kapitola se zabývá psychickými aspekty kyberšikany, kdy se zaměřuji na psychický vývoj v dospívání, okolnosti zhoršující kyberšikanu, psychické následky u agresora a oběti, copingové strategie a problémové oblasti související s kyberšikanou. V páté kapitole představím názory a zkušenosti dětí, které přinesly české výzkumy. Šestá kapitola reflektuje možnosti řešení kyberšikany

zejména z hlediska její prevence a vymezuje roli sociálního pracovníka ve spojitosti s fenoménem kyberšikany.

Při psaní práce jsem zvolila deskriptivní metodu a analýzu, zejména na základě studia a práce s odbornou literaturou a syntézu realizovaných výzkumů v oblasti zkušeností dětí s kyberšikanou. Vycházela z české i zahraniční odborné literatury a dostupných výzkumů, jakožto i závěrečných prací jednotlivých univerzit. Mezi hlavní prameny patřily Ševčíková, A. a kol.: *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*, Vašutová, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových médií*, Černá A. a kol.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, Campfield, D. C.: *Cyber Bullying and Victimization: Psychosocial Characteristics of Bullies, Victims, and Bully/Victims*, Langmeier a Krejčířová: *Vývojová psychologie*, Kopecký, K. a kol.: *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*, Szotkowski, Kopecký a Krejčí: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, Vágnorová, M.: *Vývojová psychologie*, Price, M., Dalgleish, J.: *Experiences, impacts and coping strategies as described by Australian young people*, Kolář, M.: *Bolest šikanování a Nová cesta k léčbě šikany*.

1 ÚVOD DO PROBLEMATIKY

1.1 Východiska kyberšikany

Kyberšikana. Termín, o kterém se v posledních letech diskutuje stále víc. Média i odborná veřejnost prezentují závažné případy kyberšikany, která je na vzestupu napříč celou společností. Ovšem co přesně je, kyberšikana? Z názvu lze odvodit, že půjde o druh šikany – o ubližování, obtěžování, které probíhá prostřednictvím internetu, mobilního telefonu nebo počítače. Než uvedu samotnou definici kyberšikany, nastíním v krátkosti její vývoj.

Rozvoj kyberšikany souvisí s nástupem a rozvojem takzvaných nových medií, ke kterému došlo začátkem 90. let 20. století. V důsledku rychlého rozvoje technologií se rozšířily vlastnosti televize a telefonu a objevovaly se nové formy medií – internet, sociální sítě, CD – ROM, počítačové hry a další. Tato nová média byla založena na počítačových technologiích, proto bývají někdy označována jako síťová digitální média. Zasíťování dalo vzniknout kyberprostoru neboli kybernetického prostoru. Antropolog Hakken charakterizoval kyberprostor v sociálně-antropologickém konceptu jako sociální arénu, do které vstupují aktéři, kteří používají ke vzájemné sociální interakci informační technologie. Je tedy možné říci, že kyberprostor je místo, vytvořené počítačovými a síťovými digitálními médii, které existuje paralelně s našim reálným světem a kde se setkávají všichni uživatelé nových moderních medií.¹

Tento prostor se stal přirozenou součástí reálného světa. Rozvoj kyberprostoru a všech s ním souvisejících technologií přinesl nesčetné výhody, inovace a pozitivní dopady. Na druhé straně jsou s ním ovšem spojena některá rizika. Jedním z nich je prolnutí, či lépe řečeno přenesení a přeměna určitých negativních forem chování, se kterými se lze setkat v životě reálném, ať jde o podvody, lži nebo právě ubližování a obtěžování. A jedním z těchto negativních jevů je kyberšikana.

Samotný termín *kyberšikana* zavedl Bill Belsey, tvůrce nejnavštěvovanější webové stránky o šikaně www.bullying.org. Definoval ji jako „*použití informačních*

¹ Srov. VAŠUTOVÁ, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových medií*, s. 12 - 14

a komunikačních technologií jakožto základu pro úmyslné, opakované a nepřátelské chování jednotlivce nebo skupiny k poškození ostatních.“²

Na rozdíl od šikany, která často probíhá v dosahu dospělých, kyberšikana se týká především (ale ne výhradně) generace *Always on* – mladých lidí, kteří jsou neustále připojeni k internetu (jsou *online*) a jeho prostřednictvím mezi sebou komunikují. Podle Belseyho je pro *Always on* generaci nemyslitelné „nebýt připojen“ – znamená to pro ně nemožnost socializace a komunikace s vrstevníky a strach z vyloučení, což je pro dospívající velká hrozba.³

Není sporu o tom, že vývoj nových médií a celkově technologický pokrok přinesl mnoho výhod, usnadnění a nových možností. Ovšem je zde i druhá strana mince, a společně s výhodami přichází i nevýhody a rizika.

1.2 Kyberprostor

Interakce mezi lidmi vždy probíhají v určitém prostředí a toto prostředí kvalitu, formu a ráz jednotlivých interakcí velkou měrou ovlivňuje a formuje. Kyberprostor je odlišný od reálného světa. Jakožto sociální prostředí disponuje určitými sociálně psychickými funkcemi, které formují chování lidí v kyberprostoru. John Suler, americký profesor psychologie, se zajímá o to, jak lidé reagují a jak se chovají v online prostředí. Aby mohl pochopit a porozumět celé této problematice, vytvořil koncepční rámec – psychologii kyberprostoru, která klade důraz zejména na praktické pojetí základních psychologických vlastností kyberprostoru. I přes určité vlastnosti kyberprostoru, které mohou jedince výrazně ovlivnit, bude vždy chování lidí v online prostředí komplexní interakcí mezi rysy informačního prostoru a vlastnostmi jedince.

Psychologické aspekty kyberprostoru:

- *redukce pocitů* – chování jednotlivců v kyberprostoru výrazně ovlivní způsob vzájemné komunikace, zda jde o vizuální/zvukovou komunikaci, je-li slyšen tón hlasu, viděn výraz obličeje nebo zda se jedná o psaný výraz
- *textové zprávy* – i přes snížené sensorické kvality by neměla být podceňována textová komunikace jakožto silná forma sebevyjádření a sebe prezentace. E-mail,

² BELSEY, B.: *Cyberbullying: An Emerging Threat to the “Always On” Generation* [online]. [cit. 10. 1. 2016]. Dostupné na WWW:

http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf

³ Srov. tamtéž

chat, instant messaging, SMS a blogy jsou i nadále nejběžnější formy sociální interakce, mimo jiné z důvodů jejich snadného použití a nízkých nákladů.

- *flexibilita identity* – skutečnost, že komunikace v kyberprostoru neprobíhá tváří v tvář, má velmi zajímavý vliv na to, jak lidé prezentují svou identitu. Lidé si identitu upravují, vylepšují (vytváření „avatarů“), snaží se zakrývat některé osobní skutečnosti nebo naopak mluví zcela otevřeně, jak by si v reálném světě netroufli.
- *změněné vnímání* – tiché sezení u počítače a sledování monitoru může vyvolat až změněné stavy vědomí, podobné snům. Zejména u her je možné se setkat s mnohými efekty, které uživatele upoutají a vtáhnou do alternativní reality. V krajních případech může mít změněné vnímání charakter závislosti na virtuální realitě.
- *vyrovnaný stav (vyrovnanost)* – na internetu mají všichni možnost se vyjadřovat a existovat a to bez ohledu na postavení, bohatství, rasu, pohlaví ad... Všichni začínají za rovných podmínek.
- *překonání prostoru* – na geografické vzdálenosti vůbec nezáleží, kyberprostor propojuje lidi na celém světě
- *časová flexibilita* – možnost jak synchronní komunikace (v reálném čase), tak asynchronní komunikace, kdy není třeba vzájemného působení. Uživatelé mají dostatek času na odpověď, na reflexi tématu a promýšlení odpovědi.
- *sociální multiplicita* - člověk může relativně snadno komunikovat s mnoha (stovkami, tisícičkami) uživateli naráz, velký potenciál pro rozvoj vztahů
- *technické potíže* – někdy používaná média, hardware a software, nefungují správně a tak, jak by uživatelé chtěli. Reakce na výpadek vypovídá o vztahu uživatele k příslušenství – pocíťovaná frustrace a hněv ukazuje na závislost uživatele na ICT a na potřebu ovládat. Frustrace a hněv prožíváme v reakci na tyto výpadky.⁴

⁴ SULER, J.: *The Basic Psychological Features of Cyberspace* [online]. Publikováno: červen 2005, [cit. 20. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://users.rider.edu/~suler/psyber/basicfeat.html>

Tab. 1 – Pozitivní a negativní aspekty kyberprostoru⁵

ASPEKTY KYBERPROSTORU	
POZITIVNÍ	NEGATIVNÍ
časová flexibilita	nedostatek smyslové integrace
žádná omezení prostoru	absorpce informací bez filtrace
sociální multiplicita	(přehlčení informacemi)
textová komunikace - pro mnohé lepší forma vyjádření	změna identity
schopnost nahrávání dat	behaviorální disinhibice (ztráta zábran)
rychlost výměny informací	počítačová závislost
zábava	kyberšikana
neomezené množství informací	frustrace z technických potíží
posílení lidského potenciálu	pocit, že štěstí patří ostatním
rovnost	(osamělost a smutek při pohledu na to, jak se ostatní prezentují)
úbytek haló efektu	

Nové technologie umožnily, aby se šikana z reálného prostředí přesunula do kyberprostoru.⁶ Je to logické, pokud se zamyslíme nad tím, že část našich životů se do kyberprostoru přesunula, dalo se očekávat, že negativní jevy, doprovázející lidské životy nezůstanou vyčleněny a budou se do kybernetického prostoru přesouvat společně s nimi.

Současná dospělá generace vidí v nových mediích buď výhody a používá je, nebo žije své životy navyklým způsobem zcela bez nich, nebo s minimálním využitím. Řada dospělých ve vyšším věku si vystačí s mobilním telefonem, rádiem a televizí. Mnozí z nich o existenci a vlastnostech internetu ani netuší. Ovšem děti a dospívající by myslence, že se dá žít celkem pohodlně i bez digitálních technologií, věřili jen těžko. Dnešní děti však žijí online. Neumí si představit, že by tomu tak nebylo.⁷ Proto jsou vystaveni online nebezpečí a rizikům neustále a díky propojenosti a všudypřítomnosti nemají, kam se schovat. Právě kvůli těmto nebezpečím je zapotřebí, aby ti, kdo děti

⁵ Srov. ŽIVKO, M.: *Psychological aspects of cyberspace*, [online], s. 100 – 101. Publikováno: listopad 2011, [cit. 20. 2. 2016]. Dostupný z WWW: <http://infoz.ffzg.hr/INFuture/2011/papers/1-11%20Zivko,%20Psychological%20Aspects%20of%20Cyberspace.pdf>

⁶ Srov. HOLLÁ, K.: *Kyberšikana*, s. 11

⁷ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 19

mohou poučit nejvíce – rodiče – byli sami informováni jak o používání jednotlivých technologií, tak o rizicích, která mohou přinést.

1.3 Co je šikana

Kyberšikana vychází z tradiční šikany – dalo by se říci, že je to druh šikany, který se přesunul a modifikoval na prostředí kyberprostoru. Pro celkové pochopení kyberšikany je tedy nezbytné nejdříve se seznámit s tím, co je šikana.

Každý z nás by na základě subjektivního hodnocení trochu odlišně charakterizoval, co šikana je a co se při ní děje. Obecně však lze říci, že povědomí společnosti o šikaně je na celkem vysoké úrovni - už žáci na základní škole se jistě při nějaké příležitosti s pojmem šikany setkali, ať již teoreticky při výuce, z nejrůznějších preventivních programů, z televize, z internetu nebo prostřednictvím osobní zkušenosti (která se nutně neodehrává v prostředí školy).

Český odborník na školní šikanu, Michal Kolář, vymezuje šikanu ze třech pohledů a klade důraz jak na vnější, tak na vnitřní hlediska šikanování. Jeho trojrozměrný praktický pohled zahrnuje šikanování jako nemocné chování, jako závislost a jako poruchu vztahů ve skupině. Šikanování jako nemocné neboli patologické chování se projevuje nápadně, porušuje školní pravidla a často také naplňuje skutkovou podstatu trestných činů. Definuje je tak, že „jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně týrá a zotročuje spolužáka či spolužáky a používá k tomu agresi a manipulaci.“⁸

Charakteristickým rysem šikany je asymetrie sil, kdy silnější agresor koncentruje na svou stranu moc, kterou zneužívá v neprospěch slabšího.⁹ Pokud šikana probíhá mezi dětmi a mládeží ve škole, jedná se zpravidla o šikanu v ústraní (v šatně, na záchodě, v zákoutí, které je přístupné dětem a nechodí tam pedagogové), kde je přítomná jen oběť a agresor či skupina dvou až tří agresorů. Velmi často se také týrání spolužáka odehrává ve třídě, kdy je ostatní kolektiv třídy v roli pozorovatelů či pasivních povzbuzovatelů.

Šikana má svá vývojová stádia a dynamiku. Nejedná se o neměnný jev, ale naopak, o dynamický proces, který souvisí s aktéry i s celou skupinou, ve které k šikaně dochází. Je možné rozlišit přímou a nepřímou šikanu a obě tyto její formy se mnohdy objevují současně – dítě, které je fyzicky týráno či uráženo, bývá také svými vrstevníky

⁸ KOLÁŘ, M. *Bolest šikanování*, s. 27

⁹ Srov. KOLÁŘ, M.: *Nová cesta k léčbě šikany*, s. 17

odstrkováno a izolováno. Obvykle se šikanou myslí opakované, dlouhodobé ubližování.¹⁰

1.4 Co je kyberšikana

Termín je přejat z anglického slova *cyberbully* a navazuje na definici šikany jakožto záměrného, opakovaného jednání, které je založeno na nerovnováze sil a zneužívání moci proti jedinci, který se nemůže bránit.¹¹

Kyberšikana je jednou z forem psychické šikany, s níž má společnou podstatu a řadu mechanismů, které se ovšem odehrávají ve virtuálním prostoru. Bývá definována jako *úmyslné a opakované ubližování způsobené prostřednictvím počítačů, mobilních telefonů a dalších elektronických zařízení.*¹² Hinduja a Patchin vyvinuli tuto definici, protože je jednoduchá, výstižná, přiměřeně komplexní a zachycuje nejdůležitější prvky, kterými se kyberšikana vyznačuje.

Těmito prvky jsou:

- úmyslnost (záměrnost)
- opakování
- cílené ubližování
- počítače, mobilní telefony, a další elektronická zařízení (informační a komunikační technologie – dále jen ICT).¹³

Z českých autorů se kyberšikanou zabývá například Kamil Kopecký nebo Veronika Krejčí z portálu E - bezpečí. Krejčí ve své publikaci mimo již uvedené charakteristiky vymezuje kyberšikanu jako záměr útočníka oběť poškodit, nebo jako důsledek například nevhodného vtipu či nedorozumění. Oběť může být poškozována jak původním agresorem, tak sekundárními útočníky, kteří se do kyberšikany připojí později (například dalším šířením ubližujících materiálů, komentářů a tak dále).¹⁴

¹⁰ ŘÍČAN, P. *Agresivita a šikana mezi dětmi. Jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*, s. 27 - 28

¹¹ Srov. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*, s. 11

¹² HINDUJA, S., PATCHIN, J. W. *Bullying beyond the schoolyard: Preventing and responding to cyberbullying*, s. 9

¹³ Srov. Cyberbullying research center: *What is Cyberbullying?* [online]. Dostupný na WWW: <http://cyberbullying.org/what-is-cyberbullying/>

¹⁴ Srov. KREJČÍ, V. *Kyberšikana: kybernetická šikana*, s. 3 [online]. Publikováno: 2010, [cit. 22. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.e-nebezpeci.cz/ke-stazeni/materialy-pro-studium-studie-atd?download=11:kyberikana-studie-krejci>

Šmahaj považuje kyberšikanu za závažný problém, který se týká celé společnosti a který má vzestupnou tendenci a týká se jak dětí, tak dospělých. Vyžaduje aktivní přístup škol a školského systému a do jejího řešení se zapojuje řada odborníků. Klade důraz na prevenci a vzdělávání jak žáků a studentů, tak pedagogů, rodičů a jiných specialistů a také zahrnuje oblast politiky a práva a legislativy s nutností mezinárodní spolupráce a výzkumu.¹⁵

Z těchto poznatků je možno vidět, že kyberšikana navazuje na klasickou šikanu, může se s ní prolínat a doplňovat. Je to forma nevhodného, škodlivého, nebezpečného a nežádoucího agresivního společenského chování, které se velkou rychlostí rozšířilo v kyberprostoru, a v jistém rozsahu i přes jeho hranice.

Jednotlivým nástrojům kyberšikany a prostředkům, kterými je provozována, se budu podrobněji věnovat v následující kapitole.

1.5 Rozdíl mezi šikanou a kyberšikanou

U obou pojmů jde o problematické lidské vztahy – o sílu a kontrolu, která se v jejich rámci realizuje. Tyran se snaží získat moc a kontrolu nad ostatními, nad těmi, které vnímá jako slabší, jako oběti a chce u nich vyvolat pocit, že s nimi něco není v pořádku. Ovšem oběti by si měli uvědomit, že s nimi nic v nepořádku není – ve skutečnosti jsou to agresori, kdo má nějaký problém.¹⁶

Některé znaky jsou pro oba fenomény společné – jsou to negativní, nežádoucí a agresivní projevy chování, které mají za cíl ublížit oběti nebo ji ponížit, zpravidla se opakují a nejsou náhodné. Vystupují zde ve vztahu oběť/oběti a agresor/agresori, určitou (byť rozdílnou) roli hraje publikum a důsledkem mohou být velmi závažné psychické, fyzické i trestné dopady. Mohou jít ruku v ruce, doplňovat se nebo přecházet jedna do druhé. Přesto je však nemůžeme zaměňovat či považovat za stejné.

Na první pohled by se mohlo zdát, že jediným rozlišením mezi šikanou a kyberšikanou je prostředí, ve kterém agresor své oběti ubližuje – reálné versus virtuální. Ve skutečnosti je možné tyto rozdíly rozdělit do několika oblastí:

¹⁵ Srov. ŠMAHAJ, J.: *Kyberšikana jako společenský problém*, s. 43 - 44

¹⁶ Srov. BELSEY, B.: *Cyberbullying: An Emerging Threat to the "Always On" Generation* [online]. 2007. [cit. 22. 2. 2016]. Dostupné na WWW: http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf

- anonymita
- proměna rolí
- nezávislost na místě a čase
- technická zdatnost
- absence fyzické konfrontace
- frekvence
- publikum
- pohlaví
- obtížná možnost odhalení

1.5.1 Anonymita

Pevné určení rolí ve vztahu – i tak by se dala charakterizovat dyáda agresor – oběť u tradiční šikany. Oběť je přímo konfrontována s agresorem. Mnohdy neví, z jakého důvodu jí agresor ubližuje, ale naprosto přesně ví, *kdo* jí ubližuje. S následky svého jednání jsou především agresoři bezprostředně konfrontováni, pocítují ho na vlastní kůži, nezprostředkovaně a nepřeneseně, za nikoho se nemohou v konečné fázi, při řešení šikany, skrýt. Také prostředí, ve kterém se šikana odehrává, je *určité* a vystupuje na pozadí celého problému a stává se záchytným nebo odrazovým bodem při řešení.

Tato realita a určitost u kyberšikany mizí. Na její místo nastupuje anonymita.¹⁷

Anonymitu na internetu lze rozdělit na dva typy – objektivní a subjektivní. Objektivní anonymita vypovídá o tom, jaká je šance vypátrat uživatelské reálné identifikační údaje jako je jméno a příjmení. Prakticky se jedná o technické prostředky, díky kterým může být uživatel a jeho pravá identita odhalena. Subjektivní anonymita je oproti tomu míra utajení vnímaná uživatelem. Ta ovlivňuje jeho chování na internetu a může se individuálně velice lišit.¹⁸

1.5.1.1 Anonymita útočnicka

Útočník při kyberšikaně může být naprosto anonymní.¹⁹ Oběť se v mnoha případech ani nedozví, kdo ji obtěžoval. S útočníkem se oběť nemusela v reálném světě ani setkat – výběr oběti může být náhodný. Pachatelé se ukrývají za skrytá čísla, přezdívky, falešné identity a cizí zařízení, které vypátrání jejich pravé identity ztěžují.²⁰

¹⁷ Srov. Nobullying.com: *What is Cyber Bullying?* [online]. Publikováno: 22. 12. 2015, [cit. 19. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://nobullying.com/what-is-cyberbullying/>

¹⁸ Srov. ŠMAHAJ, D.: *Psychologie a internet*, s. 19

¹⁹ Srov. HOLLÁ, K.: *Kyberšikana*, s. 12

²⁰ Srov. Člověk v tísni: *Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele*, s. 17

Neexistuje žádný ukazatel, podle kterého by bylo možné poznat, že někdo byl, je nebo bude pachatelem. Anonymita pocíťovaná agresorem dává kyberšikaně nový rozměr i ráz. Odstraňuje hranice a zábrany. Díky pocitu neidentifikovatelnosti se útočník stává agresivnějším, stupňuje své útoky a velmi často si dovolí i to, co by si v situaci tváří v tvář nedovolil. Nemá strach ze svého odhalení, ani z potrestání (efekt disinhibice).²¹ Slovní napadání prostřednictvím zpráv, internetu, sociálních sítí může mít tragické následky, jak ostatně dokazují bohužel neojedinělé případy z celého světa, kdy oběť kyberšikany spáchala sebevraždu.²²

Agresor si také často neuvědomuje, jakou újmu mohou oběti způsobit a považují své aktivity pouze za vrstevnické škádlení, za legraci.²³ Je přesvědčen, že nenese odpovědnost za to, co dělá a říká a to z lidské povahy může přinést to nejhorší. Proto mnoho případů kyberšikany naplňuje skutkovou podstatu trestného činu. Tato anonymita, za kterou se útočníci kryjí, je však ve většině případů domnělá, pokud se nejedná o IT specialistu, který je zabezpečen přesměrováním a různými programy. Každý počítač, každý internetový poskytovatel, a každý telefon má své speciální číslo (např. IP adresa), podle kterého jej lze dohledat. Pro Policii zpravidla není během vyšetřování problém identifikovat zařízení, ze kterého jsou útoky páčány.²⁴

1.5.2 Anonymita oběti

I oběť může využít kyberprostor k tomu, aby pozměnila svou virtuální identity. Může vystupovat pod přezdívkou, mít několik účtů, nebo se vydávat za někoho úplně jiného. I oběti dělají věci, které by v reálném životě nedělali. Mají pocit, že je anonymita internetu chrání, což může být za jistých okolností pravda. Velkým rizikem je však vytvoření si *falešného* pocíťu anonymity – pokud uživatel subjektivně vnímá vysokou úroveň anonymity, která je objektivně nízká (především díky informacím, které o sobě uživatel poskytuje). I když si uživatel založí nepravdivý profil, často prozradí kamarádům, které si našel, své osobní citlivé informace. Podle výzkumu rizikového chování českých dětí na internetu, který dlouhodobě realizuje centrum Prevence rizikové virtuální komunikace univerzity Palackého v Olomouci, stále přibývá dětí,

²¹ ČECH, O.; ZVONÍČKOVÁ, N.: *Nebezpečí kyberšikany. Internet jako zbraň?*, s. 8

²² Srov. TARAN, R.: *Cyberbullying Apps -- Why Are We Allowing Anonymous Cruelty?* [online]. Publikováno: 18. 11. 2013, [cit. 19. 1. 2016]. Dostupný z WWW: http://www.huffingtonpost.com/andy-taran/cyberbullying-apps_b_3941599.html

²³ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 31 - 32

²⁴ Srov. E-bezpečnost: *Kyberšikana. Manuál pro učitele* [PDF], s. 5. [cit. 19. 1. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.bezpecnykraj.cz/ebezpecnost/materialy-ke-stazeni/materialy-ke-stazeni.aspx>

kteře se na internetu chovají neopatrně a prozradí své osobní informace lidem, které neznají. Jméno a příjmení, zveřejní samo 76,99 % dětí a tyto údaje na požádání pošle neznámému uživateli 62,82 % dětí. Neznámému uživateli na požádání děti zasílají také fotografie svého obličeje (39,08 %), e-mail (43, 73 %) nebo dokonce telefonní číslo (38,01 %).²⁵

Dospívající na internetu vyhledávají příležitosti ke komunikaci, prezentují se, budují nové vztahy, experimentují se svým sebeobrazem a ochotně jej vysílají do světa. Na jedné straně tak internet a s ním spojené komunikační nástroje pomáhají naplňovat přirozené potřeby mladých uživatelů. Na druhé straně se však ocitají ve zvýšeném ohrožení: ke komunikaci přistupují nenuceně, neohroženě, často až s naivní důvěrou. Ochotně poskytují osobní údaje, soukromé informace, fotografie.²⁶

Na otázku vnímání pravdy a lži na internetu se zaměřil výzkum Nebezpečí internetové komunikace z roku 2012. Pouze 30,27 % dětí mladších 18 let o sobě na internetu vždy říká pravdu a 69,73 % uživatelů občas v prostředí internetu zalže. Absolutní důvěru ve vše, co o sobě lidé na internetu tvrdí má 2,38 %, přes 70 % dětí posuzuje pravdu a lež podle aktuální situace a necelých 21 % dotazovaných nikdy nevěří tomu, co jim o sobě ostatní sdělují. Právě kritická schopnost přehodnotit informace, které o sobě uživatelé sdělují, je rozhodující, co se týče manipulace v komunikaci (např. při kybergroomingu, viz. kap. 3.7.).²⁷

Neexistuje jednoduchá a jednoznačná hranice, která by určila, které aktivity na internetu znamenají výhody a které přinesou rizika. Online aktivity jsou závislé na věku dětí i na pohlaví. Podle výzkumu *EU Kids Online 2012* používají děti a dospívající ve věku 9-16 let internet nejvíce pro školní práci, hraní her (proti počítači nebo proti spoluhráči), sledování videoklipů, ke komunikaci pomocí sociálních sítí a instant messagingu, k posílání obrázků a fotografií a stahování hudby a filmů.²⁸

Při komunikaci s ostatními děti věří, že ten, s kým se seznámily, je skutečný a podává o sobě pravdivé informace. To však nemusí být docela pravda. Nikdy neexistuje jistota,

²⁵ Srov. E-bezpeci.cz: *Výzkum rizikového chování českých dětí v prostředí internetu 2014*. [online prezentace]. Publikováno: 14. 7. 2014, [cit. 20. 1. 2016]. Dostupný na WWW: http://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/cat_view/27-vyzkumne-zpravy

²⁶ Srov. Národní centrum bezpečnějšího internetu: *Ochrana osobních údajů a osobnosti. Metodický materiál pro pedagogické pracovníky* [online], s. 13. 2012, [cit. 26. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.saferinternet.cz/finish/4-metodiky/18-ochrana-osobnich-udaju-a-osobnosti>

²⁷ KOPECKÝ, K.; SZOTKOWSKI, R.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí internetové komunikace III* [PDF], s. 40

²⁸ LIVINGSTONE, S.; HADDON, L.; GÖRZIG, A.; ÓLAFSSON, K.: *Risks and safety on the internet* [online PDF]. 2012. [cit. 25. 2. 2016], s. 33. Dostupný na WWW: <http://eprints.lse.ac.uk/33731/1/Risks%20and%20safety%20on%20the%20internet%28lsero%29.pdf>

že ten, s kým komunikujeme je opravdu tím, za koho se vydává.²⁹ Děti si totiž taková nebezpečí ani nemusí uvědomit.

Z výzkumu centra Prevence rizikové virtuální komunikace vyplynulo, že v roce 2014 více než 50 % dětí komunikovalo na internetu s neznámými lidmi a 40 % dětí by šlo na schůzku s internetovým kamarádem a téměř 27 % dětí bylo požádáno, aby jejich komunikaci drželo v tajnosti. Scházení se s lidmi, které znají jen z internetu, považuje za nebezpečné pouhých 58 % dotázaných dětí.³⁰

Informační a komunikační technologie přinášejí nemálo výhod, ovšem na druhé straně přinášejí také určitá rizika a nebezpečí. Myslím si, že právě o těchto nebezpečích by se mělo neustále hovořit, upozorňovat na ně a systematicky děti, ale i dospělé, v této oblasti vzdělávat. Podle mého názoru je potřeba zejména děti naučit, že stejně tak, jako je nepřijatelné seznámit se na ulici s cizím člověkem a hned mu sdělovat citlivé informace ze svého života, je stejně tak nemyslitelný takový postup na internetu. Anonymita, kterou internet poskytuje, může být pouhé zdání. Navíc nad informacemi, které se posílají nebo sdílejí, je možné ztratit kontrolu. Není záruka, jakým způsobem s nimi naloží ten, komu byly poslány. I když bude tvrdit, že si je nechá pro sebe, neexistuje jistota - to se týká především sdílení intimních fotografií nebo videozáznamů (viz dále jako sexting). Také je potřebné se před zveřejněním veškerých informací zastavit a zamyslet se – „řekl by toto i v reálném životě?“ Virtuální a reálný svět jsou sice oddělené, ale existují okamžiky, kdy se mohou propojit a informace se přelévají z jednoho do druhého.

1.5.3 Proměna rolí

Zatímco při tradiční šikaně je rozdělení rolí pevné a neměnné, při prolínání s kyberšikanou se role agresora a oběti mohou měnit. Oběti klasické šikany se mohou stát útočníkem nebo pozorovatelem, stejně tak agresor tradiční šikany se může stát obětí ve světě internetu nebo může uživatel zastávat více rolí najednou na různých kanálech – jednou je oběť, podruhé útočník.³¹ Role jsou velmi flexibilní a nestálé, protože pro oběť je díky virtuálnímu prostředí snadnější reagovat – a to i zpětným útokem.

²⁹ Srov. Bezpečný internet: *Desatero bezpečného internetu* [online]. [cit. 26. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.bezpecnyinternet.cz/deti/rady-pro-tebe/desatero-bezpecneho-internetu.aspx>

³⁰ Srov. E-bezpeci.cz *Výzkum rizikového chování českých dětí v prostředí internetu 2014* (prezentace). [online]. Publikováno: 14. 7. 2014, [cit. 26. 1. 2016]. Dostupný na WWW: http://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/cat_view/27-vyzkumne-zpravy

³¹ Srov. PEŠOUVÁ, I.: *Děti a masmédia – kyberšikana, kyberstalking a jiná nebezpečí internetu*, s. 22

1.5.4 Nezávislost na místě a čase

V prostředí, ve kterém dochází k šikaně, se oběť nepohybuje stále. Může jí uniknout, dokáže si najít místo, kam na ní agresor nemůže a kde může klidně spočinout.

U kyberšikany to neplatí. Není vázaná ani na místo, ani na čas. Může probíhat kdykoliv během dne a proniknout i tam, kde se oběť dříve cítila bezpečně, což může velkou měrou přispívat ke zhoršení psychického stavu oběti.³²

Kyberprostor je všude. Každý může být online nonstop, 24 hodin denně, 7 dní v týdnu. Agresor může svou oběť obtěžovat kdekoliv a kdykoliv. Neexistuje prostor, kam by se dalo schovat. Kyberšikana trvá neomezeně dlouho – může se jednat o jednorázový útok (např. zveřejnění videa) nebo o dlouhodobé obtěžování.³³

Konec trápení nepřichází zaručeně ani ve chvíli, kdy materiál, který trápení odstartoval, už není dostupný. V mnoha případech je to teprve začátek a nastupují sekundární útočníci z řad publika – svými komentáři, přeposíláním a upravováním materiálu. Moderní technologie jako jsou chytré telefony a aplikace, které umožňují zasílání zpráv zdarma, také znemožňují dohledání útočníka a mnohdy i ubližujícího materiálu – neexistuje žádný záznam, archivace. Útočník oběť obtěžuje kdekoliv a odkudkoliv, neúprosně a bez omezení.³⁴ O tomto útoku zpočátku oběť nemusí vědět, avšak dříve či později jej objeví a dostává se pod neustálý tlak, do situace, ze které z perspektivy oběti není úniku. Před kyberšikanou není kam se schovat. I když se oběť odstříhne od všech komunikačních technologií, dají se materiály vytisknout nebo reprodukovat na některém přenosném zařízení.

Vzhledem ke své nezávislosti na místě a čase bývá kyberšikana dlouhou dobu skryta a v mnohých případech zůstane neodhalena a neřešena.

1.5.5 Technická zdatnost

Kyberšikana není založena na fyzické síle, ale na technologické znalosti nebo dovednosti, která vytváří nový typ vztahu mezi pachatelem a obětí.³⁵ Nezáleží na věku,

³² Srov. ROGERS, V. *Kyberšikana. Pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*, s. 32

³³ Srov. VAŠUTOVÁ, M.: *Proměny šikany ve světě nových médií*, s. 79

³⁴ Srov. Nea: *Cyberbullying: The 24/7 Problem You Can Help Solve* [online]. [cit. 28. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.nea.org/home/60940.htm>

³⁵ Srov. STARCEVIC, V.; ABOUJAOUDE, E.: *Cyberchondria, cyberbullying, cybersuicide, cybersex: "new" psychopathologies for the 21st century?* [online]. Publikováno 5. 2. 2015, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4329904/>

pohlaví, sociálním postavení ani fyzických dispozicích agresora – důležité jsou potřebné znalosti informačních a komunikačních technologií.³⁶

Nastává historicky první doba, kdy děti ve svých znalostech a dovednostech leckdy velkou měrou předčí své rodiče a dospělé. Důvody jsou nasnadě – děti jsou učenlivější, zajímají je nejnovější technické novinky a hlavně, mají na to spoustu času. Vyšší technická zdatnost dětí a dospívajících je jedním ze zdrojů závažného problému, který v poslední době nabývá na intenzitě – šikany a kyberšikany pedagogů. Většinou se jedná o pedagoga, který nemá u svých žáků autoritu a je zesměšňován před třídou formou natáčení na mobilní telefon, nerespektování pokynů, používání vulgarismů až velmi hrubých a negativních vyjádření o dotyčném na internetu.³⁷

Je potřeba, aby děti byly k používání internetu a informačních a komunikačních technologií zodpovědně a soustavně vychovávány a aby o možných hrozbách hovořily nejen doma s rodiči, ale i ve škole či na kroužcích. Všichni by měli znát možné důsledky rizik, se kterými se mohou v kyberprostoru setkat – a to jak s těmi, které hrozí agresorovi, tak s těmi, které mohou postihnout oběť.³⁸

1.5.6 Absence fyzické konfrontace

Přesunutím do kyberprostoru zmizela potřeba a nutnost jakéhokoliv fyzického kontaktu a konfrontace mezi obětí a útočníkem. Díky tomu může být agresorem i fyzicky slabší jedinec, který si vybere za oběť někoho silnějšího. Má také k dispozici více způsobů, jak oběti ublížit. V kyberprostoru je mnohem snazší, stát se obětí, ale také agresorem.³⁹ Uživatelé mají tendence racionalizovat své online chování, protože věří, že negativní chování, kterého se dopouští, nebude mít vliv na oběť. Zastávají postoj – „nevidím tě, tak ti neublížuji“ (*I can't see you, I am not hurting you*).⁴⁰

1.5.7 Frekvence

Jedná se o nejobtížněji zachytitelný aspekt. Na rozdíl od reálného světa nelze přesně určit, kolikrát se incident odehrál a zda se jedná o nový útok, nebo pokračování či

³⁶ Srov. KREJČÍ, V. *Kyberšikana: kybernetická šikana*, s. 11 [online]. 2010. [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné z WWW: http://www.kr-jihomoravsky.cz/kyber/ke_stazeni/kyberikana.pdf

³⁷ Srov. ARABADŽIEV, S.: *Šikana na učitelích* [online]. In: Učitelské noviny č. 06/2011. [cit. 25. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.ucitelskenoviny.cz/?archiv&clanek=5738>

³⁸ Srov. ROGERS, V.: *Kyberšikana. Pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*, s. 32 - 33

³⁹ Srov. Tamtéž, s. 14

⁴⁰ Srov. CAMPFIELD, D. C.: *Cyber Bullying and Victimization: Psychosocial Characteristics of Bullies, Victims, and Bully/Victims* [online]. Disertační práce. 2008. [cit. 26. 2. 2016], s. 129 Dostupné na WWW: <http://etd.lib.umt.edu/theses/available/etd-12112008-120806/unrestricted/umi-umt-1107.pdf>

přeměnu útoku předcházejícího.⁴¹ Útoky se většinou opakují, ale může jít i o jednorázovou záležitost, jako například umístění videa na internet.⁴² Velkou roli v takovýchto případech sehrává publikum, které se stává aktivními šířiteli ubližujícího obsahu.

1.5.8 Publikum

Dalším rozdílem oproti šikaně je počet přihlízejících. Újmu způsobenou obětí a důsledky jejího ponížení může vidět mnohem více lidí a to díky snadnosti a rychlosti, s jakou jsou trapné informace, obrázky nebo jiný obsah šíří on-line.⁴³ Množství diváků je mnohem větší než počet přihlízejících u klasické šikany – divákem může být v podstatě každý, kdo má přístup k internetu.⁴⁴ Opakované zraňování oběti přitom nemusí mít na svědomí agresor – ten podnikne prvotní útok. Další případné rozšiřování - hanlivý komentář, přeposílání materiálu, vytváření fotomontáží s fotografií a mnohé jiné, mohou už být dílem publika, přihlízejících uživatelů, kteří se stávají sekundárními agresory. V mnohých případech právě chování těchto sekundárních agresorů obětí zraňuje více a citelněji, než samotný agresor.⁴⁵

1.5.9 Pohlaví

Z hlediska pohlaví jsou do problematiky kyberšikany více zapojeny dívky a to nejen v roli oběti, ale také v roli agresora a agresora/oběti. Podle Campfieldové se účastníky kyberšikany stávají dvě třetiny dívek a jedna třetina chlapců. Důvod, proč se při kyberšikaně více hovoří o dívkách zapojených do jejího konání, je, že se jedná o nepřímou formu agrese, která je častější doménou žen. Má vážný psychologický dopad, většinou ve formě pomluv, zraňující poznámek, ničení pověsti nebo odplaty v rámci vztahů.⁴⁶

Také český výzkum realizovaný Krejčí a Kopeckým v roce 2009 se celkovým počtem 1925 respondentů ukázal, že každý třetí zažil kyberšikanu v roli agresora, přičemž

⁴¹ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 121

⁴² Srov. VAŇKOVÁ, E.: *Kyberšikana, In: Třídní učitel. Problémy se třídou?*, s. 7

⁴³ Srov. STARCEVIC, V.; ABOUJAOUDE, E.: *Cyberchondria, cyberbullying, cybersuicide, cybersex: "new" psychopathologies for the 21st century?* [online]. Publikováno: 5. 2. 2015, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4329904/>

⁴⁴ Srov. KREJČÍ, V.: *Kyberšikana. Kybernetická šikana* [online]. s. 12. 2010, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: http://www.kr-jihomoravsky.cz/kyber/ke_stazeni/kyberikana.pdf

⁴⁵ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 121-122

⁴⁶ Srov. CAMPFIELD, D. C.: *Cyber Bullying and Victimization: Psychosocial Characteristics of Bullies, Victims, and Bully/Victims* [online]. Disertační práce. 2008. [cit. 21. 2. 2016], s. 103 Dostupné na WWW: <http://etd.lib.umd.edu/theses/available/etd-12112008-120806/unrestricted/umi-umd-1107.pdf>

chlapců bylo 52 % a dívek 48 %, což je gendrově vyrovnanější složení než při tradiční šikaně a to hlavně z důvodu, že do tradiční šikany je zahrnována i fyzická agrese, které se dívky účastní méně než chlapci.⁴⁷ Slovní útok jako hlavní zbraň může mít formu pomluvy, lži, nadávek či tvrdých slov, které proti sobě v kolektivu vrstevníků dívky používají. Navíc mohou útoky skrývat do sarkastických a jízlivých poznámek. U děvčat se také příliš násilného chování neočekává, avšak svou primárně psychickou podstatou může mít horší a dlouhodobější dopady než týrání fyzické.⁴⁸

1.5.10 Obtížná možnost odhalení

U kyberšikany chybí klasické znaky šikanování, kterých by si mohlo okolí (zejména dospělí) všimnout, což souvisí s již zmíněnou technickou zdatností dětí. Navíc se elektronicky posílané zprávy (zejména přes sociální sítě a aplikace, kde jsou zdarma) dají hůře kontrolovat.⁴⁹ Více forem má umocňující efekt, šíření obsahu je velice rychlé a dostupné všem.⁵⁰

⁴⁷ KREJČÍ, V.; KOPECKÝ, K.: *Nebezpečí elektronické komunikace. Výzkumná zpráva* [online]. [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.vyzkum-mladez.cz/zprava/1351176712.pdf>

⁴⁸ Srov. Bullying Statistics: Female Bullies [online]. [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.bullyingstatistics.org/content/female-bullying.html>

⁴⁹ Člověk v tísní: *Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele*, s. 17

⁵⁰ ŠMAHAJ, J.: *Kyberšikana jako společenský problém*, s. 68

Tabulka č. 2 – Porovnání šikany a kyberšikany

	ŠIKANA	KYBERŠIKANA
JAK	tváří v tvář	použití ICT (online)
	fyzická konfrontace	fyzická konfrontace není
	stádia, fáze	chaoticky, náhodně
KDE	určité prostředí (škola, práce, venku)	kyberprostor (online, přes mobil, SMS)
KDY	určitý omezený čas	neomezeně (24/7)
AKTÉŘI	konkrétní agresor i oběť	proměna/anonymita
	vzájemná znalost (vztah)	nemusí být vztah (znalost)
AGRESOR	fyzická nebo sociální převaha	dobrá znalost ICT (kdokoliv)
	chce zůstat skryt	útočí veřejně
	chycení = trest	nedostížitelný = nepotrestaný
	vidí reakci oběti (konfrontace)	reakce oběti pouze online (rozdíl od skutečnosti)
OBĚŤ	fyzicky nebo sociálně slabší	kdokoliv
	přímo reaguje na útoky agresora	nemusí reagovat přes ICT
PUBLIKUM	spíše pasivní (přihlíží, povzbuzuje)	aktivní, sekundární agresori
	menší skupina (kolektiv ve třídě)	větší skupina (jakýkoliv uživatel - celý svět)
DOSPĚLÍ	informovanost	neznalost
	snaha pracovat s problémem	nedostatečné vzdělání
	prevence	minimální prevence

1.6 Děti a média

Existuje zásadní rozdíl mezi vnímáním obsahu médií u dospělých a u dětí. Děti v mladším školním věku nejsou schopny kritického přístupu k obsahům prezentovaným médií. Nedovedou pochopit prvky ironie, nadsázky nebo stylizované příběhy. Neuvědomují si, že některé příběhy a informace jsou nereálné. Navíc chtějí být jako jejich vrstevníci, nechtějí být vyčleňovány a tak sledují stejné programy a dělají podobné věci, jako jejich vrstevníci a pro ně důležité osoby.⁵¹

O vlivu násilí v médiích na psychický vývoj dětí bylo publikováno mnoho prací, kdy se zahraniční i čeští odborníci shodli na tom, že dlouhotrvající sledování televizního násilí může mít trvalý vliv na charakter a osobnost dítěte a může vést k závažnému kriminálnímu chování a antisociálnímu násilí všech typů. Závažným důsledkem sledování násilí se stává také bezcitnost vůči násilí a neochota pomoci. Za obzvláště senzitivní věk bývá považován předškolní a mladší školní věk, kdy dítě ještě příliš nerozlišuje umělý (pohádkový) svět, který je mu prezentován masmédií od skutečného

⁵¹ KRČMÁŘOVÁ, B., VACKOVÁ, K.: *Dítě předškolního věku a mladšího školního věku a internet*. IN: Děti a online rizika. Sborník studií, s. 21

světa. Rodiče v dnešní době věnují dětem stále méně času. Svou rodičovskou roli přenechávají televizoru nebo internetu jako tomu, kdo dítě zabaví a ohlídá. Kromě násilných vzorů mnohé pořady nabízejí jiné formy rizikových životních stylů. Velké množství pořadů a programů, neustálé přepínání a mihání výrazných zvuků a barev navíc posiluje tendence k hyperaktivnímu nesoustředěnému myšlení a jednání.⁵²

U dětí předškolního věku není problematický počet hodin, které stráví před obrazovkou, ale spíše fakt, že obrazovka je pro ně zdrojem zcela věrohodných a reálných informací. Takové děti mohou nabýt dojmu, že destruktivita, násilí a surovost jsou běžnou záležitostí určenou k řešení mezilidských sporů. Podle teorie sociálního učení se děti učí především podle předváděných vzorů. Pokud na ně rodiče nemají čas a posadí je před televizi či k internetu, hrozí, že děti začnou mnohé činnosti a chování napodobovat. Předvádění surovostí a bezcitné hrubosti dítě postupně desensibilizuje k reálnému násilí – zbavuje jej lidského náhledu na hrůznost, soucítění, schopnost pomoci.⁵³

Řešením není dětem televizi či internet zakázat, tím by se ničeho nedosáhlo. Důležité je, aby rodiče mluvili s dětmi o tom, co se odehrává na obrazovce, aby věděli, na jaké pořady či stránky se dítě dívá a aby si byli vědomi případných rizik. Rodiče mají podporovat u svých dětí aktivity sociálně vhodné a naopak omezovat aktivity nevhodné, což zcela jistě nepůjde bez společného dialogu.⁵⁴

⁵² Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍROVÁ, D.: *Vývojová psychologie*, s. 302 - 303

⁵³ Srov. JEDLIČKA, R.; KOŤA, J.: *Aktuální problémy výchovy. Analýza prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže*, s. 79 - 82

⁵⁴ Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍROVÁ, D.: *Vývojová psychologie*, s. 304

2 NÁSTOJE KYBERŠIKANY

2.1 Informační a komunikační technologie - ICT

Současná společnost bývá označována také jako společnost informační. Důraz, jak již je patrné z názvu, je kladen na informace a jejich vytváření, vyhledávání, zpracování, sdílení a využívání. Nakládání s informacemi je důležitou součástí ekonomických, kulturních i společenských aktivit. Jednou z nejvíce se rozvíjejících a nejlivnějších oblastí je oblast digitálních technologií.⁵⁵

Informační a komunikační technologie (dále jen ICT – z anglického *Information and Communication Technologies*)⁵⁶ lze nejjednodušeji charakterizovat jako technologie, které se užívají pro práci s informacemi a pro komunikaci. Patří sem osobní počítače, notebooky, skenery, digitální fotoaparáty, operační systémy, aplikace a multimediální programy a také mobilní telefony, faxy, modemy a jiné.⁵⁷

ICT zasahují čím dál více do života jednotlivců i celé společnosti. Jak jsem již zmínila v podkapitole 1.1 a 1.2, kyberprostor je s pomocí internetových sítí všudypřítomný a často existuje nejen paralelně s „reálným“ světem, ale částečně se do něj prolíná. Přispěla tomu i digitalizace vztahů a změna hranic ve vzájemném vnímání lidských interakcí.⁵⁸

Mnoho lidských aktivit se zcela nebo částečně přesunulo do online prostředí - komunikace, práce, nakupování, prodej, vzdělávání a mnohé jiné. Přestat používat ICT a zejména internet není v současné západní společnosti dost dobře možné a zejména pro děti a dospívající to mohlo vést až k sociálnímu vyloučení. O dospívání se hovoří jako o „on-line věku“ a lze jej charakterizovat slovy samotných dospívajících – „*kdo není na síti, kdo nemá profil na Facebooku a kdo nemá dotykový mobil, jako by nebyl*“.⁵⁹

Když v 80. letech 20. století internet začínal, lidé byli připojeni. Dnes jsou lidé propojeni, jednak mezi sebou na celém světě, jednak v rámci svých zařízení. Chytré telefony a aplikace již dokáží synchronizovat a propojit několik účtů, které uživatel zřídí – od e-mailové adresy, přes účet na sociálních sítích až k účtu v bance. Takové

⁵⁵ Srov. VAŠUTOVÁ, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových médií*, s. 37

⁵⁶ Srov. PEŠOUTOVÁ, I.: *Děti a masmédiá – kyberšikana, kyberstalking a jiná nebezpečí internetu*, s.15

⁵⁷ Srov. VAŠUTOVÁ, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových médií*, s. 37 - 38

⁵⁸ Srov. HULANOVÁ, L. *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 28

⁵⁹ PANÁČEK, M., ŽIAKOVÁ, E.: *Kyberšikana – závažný sociálně patologický jev v současné populaci dospívajících v České republice a na Slovensku. Sociální práce/sociálna práca*, s. 80

propojení je pohodlné, šetří čas a také peníze, ovšem na druhé straně je zneužití mnohem lehčí – stačí prolomit heslo do jednoho účtu a útočník může získat přístup ke všem datům.⁶⁰

V následujících podkapitolách uvedu jednotlivé nástroje kyberšikany, jednotlivá zařízení ICT, které agresor využívají ke kyberšikanování a které je stávají prostředkem k ubližování oběti.

2.2 Internet

Mezi nejvíce zneužívaný nástroj ICT pro kyberšikanu dozajista patří internet. Internet se stal součástí našich životů velmi rychle, ačkoliv zprvu šlo v 70. letech 20. století o experimentální počítačovou síť, která sloužila k rychlému předávání informací mezi americkými armádními stanovišti. Postupem času se ale tato počítačová síť otevřela obchodním společnostem a následně široké veřejnosti a v 90. letech minulého století už bylo na internetu 50 milionů uživatelů. Na konci roku 2008 již internet používalo 1,58 miliard uživatelů.⁶¹

Internet je celosvětová síť propojující všechny kontinenty, státy a města tak, že jakýkoliv počítač může kdykoliv komunikovat s jakýmkoliv jiným počítačem kdekoliv na planetě. Nejedná se ve skutečnosti o jednu jedinou síť, spíše o desítky tisíc jednotlivých sítí, které jsou vzájemně propojeny. Společným cílem všech lidí využívajících internet je bezproblémová komunikace (výměna dat).⁶²

Možnosti, jak internet využívat, jsou nepřehledné a jeho dosah je široký. Neustálé připojení k internetu je typické zejména pro děti, které jeho prostřednictvím naplňují svou potřebu nepřetržitého digitálního kontaktu s vrstevníky a okolím. Mnohdy se zdá, že bez internetu by se děti neuměly zabavit.⁶³ Podle mého názoru se právě touto potřebou být neustále ve spojení, neustále v dosahu internetu a svého mobilního telefonu, děti liší od dospělých. Dospělí jsou zvyklí na kontakt přes mobilní hovory, SMS zprávy nebo e-maily. Nepotřebují – alespoň ne v tak velké míře jako děti a dospívající – neustále kontrolovat a aktualizovat sociální sítě nebo mobilní aplikace.

⁶⁰ Srov. ČECH, O., ZVONÍČKOVÁ, N.: *Nebezpečí kyberšikany: Internet jako zbraň?*. s. 15

⁶¹ Srov. HULANOVÁ, L.: *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 17

⁶² Srov. Datacentrum.wedos: *Co je Internet a jak funguje?* [online]. Publikováno: 26.1.2010, [cit. 12. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://datacentrum.wedos.com/a/17/co-je-internet-jak-funguje.html>

⁶³ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 20

Pokud je využívají, komunikují účelně, ale děti prostřednictvím těchto kanálů tráví svůj volný čas.

2.2.1 Pozitivní aspekty internetu

Internet přinesl mnoho dobrých věcí - snadnější přístup k informacím, usnadnění a urychlení mnohých činností a také se stal skvělým nástrojem k učení. Internet vyzývá děti ke kreativitě a ony také často kreativní jsou. Mohou se naučit pracovat s programy všeho typu, vytvářet webové stránky, programování a další věci.⁶⁴ Dalším pozitivem je udržování kontaktu s ostatními lidmi na síti. Děti i dospělí procvičují své sociální dovednosti, když navazují nové kontakty nebo udržují stávající. Udržováním těchto interakcí se procvičuje slovní zásoba, formulace a prosazování vlastních názorů, schopnost diskutovat, argumentovat nebo projevování emocí. Pokud uživatel naváže vztah s někým na druhé straně planety, není to žádný problém a často dochází k prohlubování jazykových schopností (zejména angličtiny). Internet obecně rozvíjí dětskou fantazii. Internet může být rádcem a pomocníkem. Pomáhá osamělým dětem, které si mezi vrstevníky hůře nacházejí přátele – díky společným zájmům přes internet se jim to může podařit.⁶⁵

2.2.2 Negativní aspekty internetu

Stejnou měrou, jakou internet přináší výhody, přináší i rizika. Množství, dostupnost a snadnost získávání informací se lehce přechýlí do přetížení informacemi, kterým jsou ohroženi zejména studenti. Vyhledat v množství informací ty správné a potřebné je zdlouhavý proces, který je časově náročný. Mezi informacemi se vyskytuje vysoké procento nesprávných a zavádějících informací, které se šíří bez udání autora a dále se reprodukuje naprosto nesprávně. Děti, pokud mají za úkol si něco zjistit a vyhledat, často texty stáhnou, ale již nepřečtou a neověřují.⁶⁶

Dalším rizikem je nadměrné užívání internetu a závislost na internetu. Nadměrné užívání je takové, které způsobuje jedinci fyzické, psychické či sociální problémy – nejde jen o čas strávený u počítače, ale také o kvalitu užívání. Čas, který uživatel u počítače stráví, se pohybuje v desítkách hodin týdně – při hraní online her nebo komunikaci se průměr hodin strávených na internetu pohybuje u dětí kolem 25 hodin týdně, což je stejná časová dotace jako týdenní docházka do školy. Navíc české děti

⁶⁴ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 32

⁶⁵ Srov. KARÁSKOVÁ, ULBERTOVÁ, Z.: *Rodič, vychovatel a dítě na internetu*. IN: *Děti a online rizika. Sborník studií*, s. 53

⁶⁶ Srov. HÝBNEROVÁ, J.: *Závislost na online prostředí*. IN: *Děti a online rizika. Sborník studií*, s. 36

patří k neaktivnějším a nejnaděšenějším hráčům her v Evropě. Největším problémem času stráveného na internetu je, že probíhá na úkor času, který by děti měly věnovat školní přípravě, fyzickým a sociálním aktivitám – čas online zkrátka nahradil ostatní činnosti. Důvody pro nadužívání internetu jsou dva - snížená schopnost soustředit se, tendence nudit se bez internetu na jedné straně a nízké sebehodnocení, slabá sebedůvěra, deprese a sociální úzkost na straně druhé. V druhém případě slouží internet jako prostředí, kam dítě může utéct před problémy (jedná se o jednu z vyrovnávacích – copingových – strategií).⁶⁷

Závislost na internetu je takové užívání, které splňuje kritéria patologie. Jedná se o závažný problém. Do jisté míry, zejména pokud se jedná o hraní online her, je zde podobnost s gamblingem. Virtuální svět je pro uživatele atraktivní. Každý si zde najde prostředí, jaké mu vyhovuje, může se prezentovat, jak chce a zapomíná na své problémy. Uživatelé si také mohou kompenzovat své neúspěchy v reálném světě.

Badatel Mark Griffiths vytvořil šest kritérií, podle kterých lze určit, zda uživatel může být za závislého považován:

1. *význačnost (salience)* – určitá činnost (být online) se stane nejdůležitější činností v životě jedince, dominuje jeho myšlení, pocitům i chování
2. *změny nálad (mood modification)* – subjektivní pocity střídající se při určitých činnostech (nuda, otupění, vzrušení)
3. *(nárůst) tolerance* – zvyšující se množství (činnosti, „dávky“) pro dosažení dřívějšího účinku a uspokojení potřeby
4. *abstinenční příznaky* – dostávají se v případě, že se daná činnost přeruší nebo se sníží její frekvence a mohou být doprovázeny projevy, jako je třas, náladovost nebo podrážděnost
5. *konflikt* – mezi jedincem a jeho okolím nebo vnitřní konflikt samotného jedince (v rámci konkrétních činností)
6. *relaps* – opakovaný návrat do problémového chování.⁶⁸

Podle studií lze jako problémové uživatele internetu označit pouze 2 % českých dětí. Závislost na internetu se projevuje jako problém spíše u střední a starší adolescence.⁶⁹

⁶⁷ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 38 - 39

⁶⁸ Srov. GRIFFITHS, M.: *Does internet and computer „addiction“ exist? Some case study evidence.* [online]. In: *CyberPsychology & Behavior*. 2000. [cit. 26. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://faculty.mwsu.edu/psychology/dave.carlston/Writing%20in%20Psychology/Internet/4/i12.pdf>

⁶⁹ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 43 - 45

Dalším rizikem je online komunikace a online vztahy a to v případě, kdy začnou nahrazovat reálné vztahy a stanou se pro uživatele důležitějšími než skutečné osobní vztahy s rodinou a přáteli. Problematický je také fakt, že téměř polovina uživatelů nějakým způsobem lže o sobě – o svém věku, statusu, vzdělání, práci, škole nebo pohlaví. Uvádí jiné skutečnosti a motivace k tomu jsou velmi různorodé.⁷⁰

S online komunikací souvisí efekt disinhibice, který se týká chování na internetu. Znamená ztrátu zábrán v komunikaci a „odvázanost“, která by v reálném světě nebyla možná.⁷¹ Internetové prostředí je charakteristickým „prostředím bez zábrán“, a to i tehdy, kdy uživatelé nejsou zcela anonymní (mají-li uvedené své jméno).⁷² Toto odložení či překonání zábrán znamená, že u uživatelů internetu dochází k překonání plachosti, rozpaků a ostychu, které může vyústit až k obcházení zákazů a zákonů. Zjednodušeně řečeno – lidé na internetu dělají a říkají věci, které by v reálném světě neřikali a nedělali. Souvisí to s určitou mírou anonymity, jak jsem již zmínila výše, a také s faktem, že se lidé cítí při komunikaci, která není bezprostřední jistěji a bezpečněji, a tak odhalují svá tajemství, sdílejí intimní a osobní údaje, projevují více emocí nebo jsou na druhou stranu více agresivní a vyhledávají obsah, ke kterému by se v reálném světě dostávali problematičtěji.⁷³

Tímto se dostávám k dalšímu negativnímu aspektu užívání internetu, který děti ohrožuje, a to je setkání s nevhodným sexuálním a pornografickým obsahem. Zvláště pokud se jedná o dítě mladšího školního věku, či dokonce předškolního věku, mohou být dopady závažné (strach, stud, probouzení předčasného zájmu o sexualitu u dětí, které na ni ještě nejsou připraveny, získávání deformované představy nejen o sexu, ale zejména o navazování a udržování intimních vztahů mezi partnery a další). Nechtěné či chtěné zhlédnutí pornografického materiálu a stránek, je nevhodné pro zdravý psychický vývoj dětí.⁷⁴

Hraní online her se prolíná s dalšími riziky internetu, zejména s hrozbou vzniku závislosti. Problematické je nejen násilí, které je součástí velkého procenta her, ale také fakt, že prostředí online her je vstupním místem pro agresora kyberšikany. I ve hře se

⁷⁰ Srov. HÝBNEROVÁ, J.: *Závislost na online prostředí*. IN: Děti a online rizika. Sborník studií, s. 35

⁷¹ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL, D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 15

⁷² Srov. ŠMAHAJ, D.: *Psychologie a internet*, s. 13 - 15

⁷³ Srov. HULANOVÁ, L.: *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 32

⁷⁴ Srov. KARÁSKOVÁ ULBERTOVÁ, Z.: *Rodič, vychovatel a dítě na internetu*. IN: Děti a online rizika. Sborník studií, s. 55

může stát obětí kyberšikany, protože ačkoliv na jednu stranu unikne prostředí, kde obvykle agresori působí, nemůže se schovat a uchránit docela.

Je možné nastínit pozitivní i negativní aspekty, které internet a moderní technologie přináší, avšak v závěru bych ráda řekla, že samotný internet není ve své podstatě ani „dobrý“, ani „špatný“. Je to nástroj, který může být použit jako nástroj pro různé účely, s různými následky. Záleží na uživateli, jak bude tento nástroj využívat.⁷⁵

2.3 E-mail

E-mailová korespondence slouží nejen k posílání a přijímání zpráv, ale také jako přihlašovací systém do dalších programů a aplikací (např. Lidé.cz, Google+). Jedná se o způsob odesílání, doručování a přijímání zpráv přes elektronické komunikační systémy. E-mailová schránka musí být fyzicky umístěna na nějakém internetovém serveru. Volí se jméno a heslo. Toto heslo může agresor prolomit a získat tak přístup k účtu, kde může číst zprávy, ale také posílat nové příjemcům ze seznamu. Pokud agresor změní heslo, původní majitel se ke svému e-mailu již nemusí dostat – a dojde tak ke krádeži účtu, případně identity. Jedná o věc velmi nepříjemnou a nechtěnou, která může naplňovat skutkovou podstatu trestného činu (porušení autorských práv, vydírání a jiné).⁷⁶

Samotné zneužití e-mailu může proběhnout i bez povšimnutí oběti, která zaregistruje pouze následky útoku, jakým může být například přihlášením na pornografickou stránku, kdy začne do e-mailu chodit nevyžádaná pošta, nebo přihlášení na placenou hru či jiný placený produkt, kdy je po majiteli e-mailové adresy požadováno placení.⁷⁷

2.4 Chat, diskuzní fóra

Jsou to místa v online prostředí, kde je možné s druhými komunikovat, buď v reálném čase – chaty, nebo asynchronně – diskuzní fóra. Chatovací místnost je vlastně

⁷⁵ Srov. STARCEVIC, V.; ABOUJAOUDE, E.: *Cyberchondria, cyberbullying, cybersuicide, cybersex: "new" psychopathologies for the 21st century?* [online]. In: US National Library of Medicine. National Institutes of Health.gov. Publikováno 5. 2. 2015, [cit. 17. 2. 2016] Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4329904/>

⁷⁶ Srov. ČECH, O., ZVONÍČKOVÁ, N.: *Nebezpečí kyberšikany. Internet jako zbraň?*, s. 20

⁷⁷ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL, D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 30

obrazovka monitoru počítače, kde se komunikace odehrává. Chaty a diskuze bývají tvořeny v rámci témat, kde lidé mohou sdílet informace, které je zajímají.⁷⁸

V současné době je chat spíše na ústupu. Zatímco v roce 2003 byly častým nástrojem pro komunikaci, dnes jsou nahrazovány sociálními sítěmi. Na rozdíl od chatu, jehož prostředí bylo a je výrazně anonymní (uživatel vystupuje pod přezdívkou), sociální sítě se více pojí s reálným jménem. Právě díky anonymitě se na diskuzních fórech a chatovacích místnostech mohou děti seznámit s cizími uživateli.⁷⁹ Pod přezdívkou malé holčičky se může skrývat dospělý muž, který ukrývá svou pravou identitu a chce obět' určitým způsobem zneužívat či poškodit (viz dále kybergrooming). V tomto prostředí je totiž velmi snadné vydávat se za někoho jiného, chovat se nevhodně a uvést obět' do problémů, získat intimní informace a materiály nebo zneužívat identitu uživatele.

2.5 Blogy a webové stránky

Blogy jsou jednoduché, snadno ovladatelné webové stránky, které umožňují vkládat nejrůznější příspěvky (články, obrázky, videa, fotografie). Je také možné, aby blog nebo webová stránka sloužily jako online deníček. Je to jeden ze způsobů, jakým se uživatel může na internetu sebezprezentovat.⁸⁰

Kyberšikana na blozích a webových stránkách probíhá nejčastěji formou hanlivých a vulgárních komentářů, které je možné přidávat pod články, nebo nepravdivých informací a pomluv. Také může dojít k založení blogu či webovým stránek, jejichž účelem je poškodit člověka, kvůli kterému jsou založeny – přidáváním fotografií a fotomontáží či videí, jejichž cílem je zesměšnit a poškodit obět'.⁸¹

Za zvláštní zmínku stojí internetový portál Youtube.com. Jedná se o server, kam jsou nahrávána videa. Co do počtu nahraných a shlédnutých videí je to nejvyužívanější webová stránka – každý den je zde přehráno přes dvě miliardy videí. Uživatel si zde vytvoří účet a ihned může nahrávat své příspěvky. Sledovat videa lze i v případě, že uživatel účet nemá (bez přihlášení), ale nemůže zanechávat komentáře či sám přidávat příspěvky. Velký přínosem je fakt, že uživatelé spoluvytvářejí obsah webu. Počet

⁷⁸ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 30 - 31

⁷⁹ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 28

⁸⁰ Srov. tamtéž, s. 28 - 29

⁸¹ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 30

uživatelů a těch, kteří shlédnou videa je obrovský a proto se Youtube využívá jako médium pro šíření informací.⁸²

Díky velké sledovanosti se z uživatelů publikující své příspěvky stávají takzvaní *youtuberi*. Youtuber je tvůrce, který svou videotvorbou dokáže oslovit desítky až stovky tisíc lidí. Tito lidé se zejména mezi mladými těší velké sledovanosti a oblíbenosti, tak jako u dřívějších generací televizní herci nebo zpěváci. Youtuber má však ke svým příznivcům blíže – mnohdy je to spolužák, kamarád nebo chlapec či dívka z města.

Jako příklad za všechny uvedu dvojici youtuberů, kteří jsou známí jako ViralBrothers. Specializují se na tzv. *pranky* (nachvály, žertíky) a vtipné scény všeho druhu. Na svém kanále na youtube mají 2 113 508 fanoušků.⁸³ To je velmi velký počet sledujících. Mezi ně patří i děti, které může napadnout vyzkoušet si některá videa mezi kamarády. Zdaleka ne všechny jsou však bezpečné. Některé by mohly skončit s vážnými následky. Zde osobně vidím největší hrozbu portálu, totiž že děti a dospívající budou chtít nahraná videa samy vyzkoušet. To, že mnohá z nich jsou upravená a v reálu neproveditelná či nebezpečná jim nemusí dojit.

Server Youtube je také účinný nástroj kyberšikany, díky kterému se mohou šířit hanlivá videa namířená proti oběti se záměrem co největšího rozšíření mezi publikum.

2.6 Sociální sítě

Social Networking Sites – SNS jsou webové stránky užívané především ke komunikaci mezi uživateli a sebereprezentaci, kdy si každý zakládá svůj „profil“ a tyto profily je možné mezi sebou propojovat a vytvářet tak sítě „přátel“, různé skupiny a komunity.⁸⁴

Nejpodstatnější na sociálních sítích je možnost kontaktu s ostatními a také sledování toho, co druzí dělají a to podstatě v reálném čase. Nejznámějšími sociálními sítěmi jsou Facebook, MySpace, u nás Lidé.cz, Libímseti.cz a Spolužáci.cz.⁸⁵

Velkým přínosem sociálních sítí je, že jejich obsah vytvářejí sami uživatelé. Mezi další pozitiva sociálních sítí patří možnost navazování mezilidských kontaktů, realizace reklamy s přesným zacílením na určitou cílovou skupinu, jsou zdrojem zábavy

⁸² Srov. VOCŮ, O.: *Když se řekne YouTube...* [online], 2011, roč. 15, č. 4. [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://ikaros.cz/node/13623>

⁸³ Srov. Mediaguru: *Přehled TOP českých i slovenských Youtuberů* [online]. Publikováno: 11.6.2015. [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.mediaguru.cz/aktuality/prehled-top-ceskych-i-slovenskych-youtuberu/#.VrJtIbLhDIU>

⁸⁴ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 23

⁸⁵ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 28

a poučení a také nástrojem pro překonání sociální izolace. Na druhé straně obsahují velké množství zneužitelných osobních údajů, lze jejich prostřednictvím snadno, rychle a anonymně realizovat kyberšikanu včetně sexuálního obtěžování, poskytují prostor pro internetové podvody a majetkovou kriminalitu a často pro jejich potřeby vznikají nebezpečné technologie (například automatické označování obličejů na fotografiích, tzv. automatické tagování).⁸⁶

Sociální sítě jsou dnes neodmyslitelnou částí života mladých lidí. Mnoho z nich začíná každé ráno právě prohlížením „novinek“ na sociálních sítích. Je to místo, které velmi výrazně přispívá k sociálním vztahům, které děti a dospívající navazují. Nebýt na sociální síti může pro děti a dospívající znamenat jistou formu sociální vyloučení.⁸⁷ Nezařazení či vyřazení dítěte ze skupinové komunikace může mít z pohledu dětí velmi závažné důsledky a to zejména proto, že s příchodem do puberty se kamarádské a vrstevnické vztahy stávají stále důležitějšími. Jednou z příčin je skutečnost, že rodiče u dospívajícího ztrácejí svou autoritu. Dospívající si přestávají rozumět s rodiči a důvěrnost se snaží najít u svých vrstevníků.⁸⁸ Od nich se jim také dostává pozitivní či negativní zpětná vazba na jednání, chování a utváření identity.

Co se týče českých dětí, nejpoužívanější sociální sítí je Facebook, na kterém má založený účet 78,9 % dětí a více než polovina (59,3 %) je mladších 13 let. Tím se dopouští nerespektování minimální věkové hranice, která je dána pro vstup na Facebook. Už tímto se dopouštějí úpravy své virtuální identity, neboť lžou o svém věku a jeví se ostatním uživatelům starší, než ve skutečnosti jsou. Děti si vytvářejí také falešné účty – 12,5 % 12letých dětí či 15,22 % 15letých mají vytvořený nepravdivý účet na Facebooku.⁸⁹

Mezi dalšími využívanými sociálními sítěmi jsou Google+, Lidé.cz., Twitter, Spolužáci.cz a síť Ask.fm.⁹⁰

⁸⁶ Srov. KOPECKÝ, K.: *Děti a Facebook 2015*. Výzkumná zpráva, s. 3

⁸⁷ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 59

⁸⁸ Srov. NAKONEČNÝ, M.: *Psychologie, přehled základních oborů*, s. 680

⁸⁹ Srov. KOPECKÝ, K.: *Děti a Facebook 2015*. Výzkumná zpráva, s. 9 - 10

⁹⁰ Srov. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*, s. 73

2.7 Instant Messaging

Jedná se o simulovaný „rozhovor“, o krátké psané zprávy, které se odesílají v reálném čase.⁹¹ Na posílání zpráv používají uživatelé programy jako ICQ, Skype a různé messengery na Google, Facebooku či v rámci aplikací na smartphony. IM bývá považován za první online aktivitu u 62 % dívek a 43 % chlapců.⁹²

Společně s aplikacemi na chytré telefony má instant messaging tu výhodu, že je zadarmo. Uživatel není omezen kreditem – posílá zprávy, obrázky po celém světě. Ovládání a instalace je jednoduchá, vždy při ruce (zejména pokud je nainstalován v mobilním telefonu). Nevýhodou ovšem je ukládání do historie - konverzaci může útočník zneužít. Avšak také nedohledatelnost výpisů o zprávách a hovorech může být výhodou pro útočníka – pokud si oběť neschová důkazy, neexistují žádné výpisy od operátora, že útočník oběť kontaktoval. Navíc si může zakládat více účtů, které využije jednorázově a pak je jednoduše smaže.

2.8 Aplikace na chytré telefony

Jsou to softwarové aplikace vytvořené speciálně pro chytré telefony (neboli smartphony), tablety a další mobilní zařízení. Původně chtěli výrobci vytvořit pro uživatele praktické metody na prohlížení e-mailu, zpráv o počasí, zaznamenávání si do kalendáře a další podobné základní funkce. Postupem času se však využívání aplikací začalo rozšiřovat a vzniklo nepřeberné množství aplikací – do práce, do domácnosti, aplikace využívající GPS a také hry pro děti i dospělé.⁹³

Co se týče komunikace, jsou mezi dětskými i dospělými uživateli nejpopulárnější ty, díky kterým mezi sebou mohou komunikovat zadarmo a neomezeně - WhatsUpp, Viber, Hangouts a Skype.⁹⁴

⁹¹ Srov. Cyberbullying: *Instant mesagging* [online]. 2004, [cit. 4. 2. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.cyberbullying.info/whatis/book.php?shelf=mediums&pg=Instant%20Messaging>

⁹² Srov. KOWALSKI, M.; LIMBER, S. P., AGATSTON, P. W.: *Cyberbullying: Bullying in the Digital Age*, s. 5

⁹³ ČECH, O.; ZVONÍČKOVÁ, N.: *Nebezpečí kyberšikany. Internet jako zbraň?*, s. 18

⁹⁴ Srov. KILIÁN, K.: *Čtenáři doporučují: 10 aplikací pro komunikaci zdarma* [online]. Publikováno: 14. 11. 2014, [cit. 4. 2. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.svetandroida.cz/ctenari-doporucuji-10-aplikaci-pro-komunikaci-zdarma-201311>

2.9 Mobilní telefony

Mobilní telefony byly dříve určeny pouze k volání a k posílání SMS zpráv. Mobilní telefony se vyvíjí velmi rychle a svým uživatelům nabízí mnoho služeb. Člověk na nich může nejen psát a telefonovat, ale také fotit, nahrávat videa, poslouchat hudbu, hrát hry, surfovat po internetu, posílat e-maily.

Problematické je zneužívání telefonů ve školách. Žáci mobilní telefony využívají k zaznamenání situací, které pedagogové nemají pod kontrolou a jsou různými způsoby zesměšněni. Často tyto situace vyvolávají žáci záměrně. Zaznamenaný materiál posléze nahrávají na internetové stránky a dochází k rozšíření. Oběti (učitelé nebo spolužáci) se tomu nemají jak bránit a často se s tímto problémem nikomu nesvěří.⁹⁵

Mobilní telefon je hojně využívaným prostředkem šikanování. Většina školních dětí vlastní mobilní telefonem a mají jej neustále po ruce. Téměř každý je také vybaven fotoaparátem, na který je možné pořizovat fotografie a nahrávat videa, což bývá využíváno jako mocná zbraň při tradiční šikaně i kyberšikaně. Mobilní telefon bývá zneužíván k zasílání výhružných a urážlivých SMS zpráv, prozvánění, nepříjemným hovorům, fotografování a natáčení videí. Telefonní číslo na oběť může být uváděno jako kontakt v nejrůznějších falešných inzerátech, na webových stránkách, u vymyšlených inzerátů a oběť je poté zahlcena nechtěnými dotazy a kontakty (jako např. poskytovatel erotických služeb, výhodného prodeje, zájemce o seznámení).⁹⁶

Chytré telefony podporují aplikace a jsou připojeny na internet, takže pořízené fotografie či videa mohou být rozšiřovány a umístěny na internet. Kdo vlastní chytrý telefon, nemusí nutně mít jiné médium pro páchaní kyberšikany (jako je notebook či stolní počítač). Chytrý telefon totiž má všechny výhodné funkce, které však může agresor lehce zneužít.

2.10 Online hry

Samostatnou a velmi obsáhlou kategorií prostředků ke kyberšikaně jsou online hry. Mezi dětmi, dospívajícími i dospělými se hry těší velké oblibě a jejich rozmanitost je vskutku ohromná. Hraní online her se týká zhruba 69 % chlapců a 49 % dívek.⁹⁷

⁹⁵ Srov. PEŠOUTOVÁ, I.: *Děti a masmédiá – kyberšikana, kyberstalking a jiná nebezpečí internetu*, s. 26

⁹⁶ Srov. Národní centrum bezpečnějšího internetu: *Kyberšikana ve školním prostředí. Metodický materiál pro pedagogické pracovníky* [online PDF]. 10. 4. 2013. [cit. 25. 2. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.ncbi.cz/category/6-metodiky-ucebni-materialy?download=38>

⁹⁷ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 26

Z pohledu kyberšikany jsou nejproblémovější hry, které vytváří virtuální světy, takzvané MMORPG hry (*massively multiplayer online role-playing game*), volně překládané jako hra více hráčů o velkém množství lidí s RPG prvky (tedy prvky, ve kterých člověk hraje určitou roli, určitou herní postavu – „avatara“). Jedná se počítačovou online hru na hrdiny o více hráčích, která umožňuje připojení i tisíců hráčů najednou; zpravidla skrze Internet. Hra se obvykle, podobně jako jiné hry na hrdiny, odehrává ve fiktivním světě, často ve fantasy či sci-fi prostředí a to je také jeden z důvodů, proč jsou tyto hry tak vyhledávané. Jmenovitě se jedná například o hry *World of Warcraft*, *Second Life*, *Warhammer online*, *Lineage*, *Star Wars* a mnohé další.⁹⁸ Ze všech online hráčů jich 46 % hraje MMORPG.⁹⁹

Obecně hraní her může vést k pozitivním i negativním změnám, ať jde o změny fyziologické, psychologické nebo o kognitivní vývoj. Mezi pozitivní účinky se řadí zlepšení vjemových a vizuálních dovedností, slouží jako nástroj učení, hráči mohou nabývat znalosti, testovat hypotézy a dostávají zpětnou vazbu od spoluhráčů, také se aktivně zapojují i ti uživatelé, kteří mají v reálném světě problémy se socializací, když si procvičují sociální dovednosti a aktivně se zapojují do interakce se spoluhráči. Dalšími pozitivy jsou zlepšování počítačových dovedností, trénování strategického myšlení a další.

Mezi negativní dopady videoher patří bolest svalů, kloubů, kožní problémy, epileptické záchvaty, zhoršený výkon ve škole – trávení času hraním na úkor školních povinností, vyšší nepozornost. Je také možné nalézt spojitost s rizikovým chováním jako je užívání drog, alkoholu, horší vztahy s vrstevníky a rodinou. Hry mohou být rizikovým faktorem při formování identity.

Výzkumy prováděné v oblasti videoher se zaměřují zejména na vliv hraní na dospívající a případné negativní změny, které mohou plynout z her s násilným obsahem. Takové výzkumy jsou potřebné a aktuální, protože množství času, které tráví osoby mladší 16 let u hraní videoher, se neustále zvyšuje – v roce 2008 to bylo průměrně 15 hodin týdně u dětí ve věku 12 – 14 let a dá se předpokládat, že od té doby se počet hodin

⁹⁸ Srov. ČECH, O.; ZVONÍČKOVÁ, N.: *Nebezpečí kyberšikany. Internet jako zbraň?*, s. 44

⁹⁹ Srov. KUSS, D. J.: *Internet gaming addiction: current perspectives* [online]. In: *Psychology Research and Behavior Management*, č. 6, s. 125 – 137. Publikováno 6. 11. 2013, [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3832462/>

trávených hraním her ještě zvýšil.¹⁰⁰ Chlapci mají tendenci hrát hry častěji než dívky, avšak během posledních let byl zaznamenán nárůst dívek – hráček.

Hlavní výzkumy kolem hraní her se točí kolem problematiky násilí a jeho možných dopadů na psychiku dospělých i dospívajících hráčů. Existují čtyři oblasti, na které působí násilí ve hrách:

- desenzibilizace („otupění“ vůči násilí při dlouhodobé a opakované expozici)
- agresivní poznávání
- zvýšení agresivních myšlenek (zvýšené nepřátelské pocity, hněv a hostilita)
- nárůst agresivního chování (verbální i fyzické).¹⁰¹

Co je motivací hráčů, aby začali hrát? Jsou stanoveny čtyři základní typy motivace hráčů:

- a) dosahování úspěchu ve hře - výkon,
- b) socializace,
- c) vnoření se do hry (zážitek flow - stav naprosté koncentrace při nějaké činnosti)
- d) únik před realitou

Problematické jsou zejména poslední dva typy – vnoření se do hry, kdy hrozí riziko vzniku závislosti na hraní a únik před realitou, před problémy reálného života, kdy hraní her slouží k odvedení pozornosti od samoty, izolace, nudy nebo frustrace a reálné vztahy jsou nahrazeny vztahy virtuálními.¹⁰²

Riziko vzniku závislosti se nevztahuje jen na hraní her, ale také na používání sociálních sítí, internetu či televizi. Všechny tyto nástroje bývají označovány jako virtuální drogy a závislost na nich (závislostní chování) se nazývá netolismus. Netolismus jakožto online závislost, má obdobné znaky jako závislosti podle WHO, mezi které patří silná touha po „droze“, neschopnost ovládat užívání či postupné zanedbávání dalších aktivit. Netolismus se projevuje ztrátou kontroly nad časem (zvyšující se tolerance), narušením vztahu s rodinou a dřívějšími přáteli, řadou psychických projevů jako je nervozita,

¹⁰⁰ Srov. MCLEAN, L.; GRIFFITHS, M.: *The psychological effects of videogames on young people: A review* [online]. In: Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport [online]. 2013, No. 31 (1), [cit. 27. 2. 2016], s. 119 – 133. Dostupné na WWW: <http://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/viewFile/266790/354412>

¹⁰¹ Srov. MCLEAN, L.; GRIFFITHS, M.: *The psychological effects of videogames on young people: A review* [online]. In: Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport [online]. 2013, No. 31 (1), [cit. 27. 2. 2016], s. 119 – 133. Dostupné na WWW: <http://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/viewFile/266790/354412>

¹⁰² Srov. VONDRÁČKOVÁ, P.: *Proč lidé hrají online hry?* [online]. Publikováno: 19. 6. 2013. [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/566/4212/Proc-lide-hraji-online-hry->

neklid při nepoužívání počítače, lhaní ohledně počítače, pocit prázdnoty), zanedbávaná práce, zhoršený školní prospěch a další.¹⁰³

Samotná kyberšikana může v rámci online her probíhat prostřednictvím komunikace mezi hráči - s pomocí externího programu (např. Skype, TeamSpeak) nebo herního chatu a to posíláním vulgárních, urážlivých zpráv, souborů či hovorů a vizuálního kontaktu pomocí webové kamery. Dalším útokem může být vniknutí na herní účet a jeho zcizení či smazání. V případě hráče s prvky závislosti, který hraje MMORPG hru dlouhou dobu na úkor dění v reálném světě a je mu ukraden nebo zrušen účet, budou psychické následky takového útoku velmi závažné.

Jako další významný problém bych označila poplatky, na které při hraní her může uživatel narazit. Jedná se buď poplatek za hraní nebo o takzvané mikrotransakce, které představují nakupování herního obsahu (vybavení, zbraně, skiny na postavy, bonusové mise, schopnosti a mnohé další) za reálné peníze, nejčastěji prostřednictvím kreditní karty. Pokud jsou hráči děti, lehce se stane, že si kreditní kartu půjčí od rodičů. Jsou popsány i extrémní případy, kdy rodičům bez jejich vědomí byly z účtu odečítány velké částky kvůli hraní jejich dětí a rodiče se následně dostali do finančních problémů.¹⁰⁴

¹⁰³ Srov. Netolismus.: *Co je netolismus* [online]. 2015, [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.netolismus.cz/>

¹⁰⁴ Srov. ČECH, O.; ZVONÍČKOVÁ, N.: *Nebezpečí kyberšikany. Internet jako zbraň?*, s. 66 - 67

3 FORMY KYBERŠIKANY

Rozlišují se dva základní typy kyberšikany:

- *přímá* – zprávy posílané přímo oběti (vyhrožující SMS zprávy, e-maily nebo IM zprávy, krádež hesel a zneužívání osvojeného účtu, zveřejňování citlivých osobních nebo intimních údajů pomocí textu, obrázků, nahrávek, vytváření blogů a webových stránek o oběti, zesměšňování a karikaturování pomocí videa nebo obrázků, internetové hlasování a ankety, posílání virů a mnohé další.
- *v zastoupení (nepřímá)* – agresor útočí na oběť prostřednictvím někoho a tento spolupachatel se často účastní nevědomky (např. nahlášení, že oběť porušuje určitá pravidla, což může mít za důsledek zrušení účtu oběti na příslušném serveru, nebo se agresor nabourá oběti na účet a jejím jménem způsobuje problémy.)¹⁰⁵

Projevy kyberšikany jsou různé a mezi nejvyužívanější patří zejména:

- publikování ponižujících záznamů nebo fotografií na internetu či mezi uživateli pomocí MMS zpráv nebo mobilních aplikací
- ponižování a pomlouvání (*denigration*) – rozšiřování pomluv, lží a drbů o někom s cílem poškodit jeho pověst či vztahy a ublížit mu
- provokování a napadání uživatelů v online komunikaci (*flaming/bashing*) – posílání útočných či urážlivých zpráv, agresivní a vulgární napadání
- prozrazení tajemství (*outing*) – sdělování cizích tajemství a citlivých informací bez souhlasu dotyčné osoby s cílem poškodit oběť
- podvod (*trickery*) – přesvědčení oběti, aby prozradila svá tajemství či citlivé informace, které jsou následně zveřejněna na internetu či zneužita¹⁰⁶
- krádež identity (*impersonation*) - zneužití cizí identity ke kyberšikaně nebo dalšímu jednání (např. zcizení elektronického účtu)
- ztrapňování pomocí založení falešných profilů (např. v rámci sociálních sítí, blogů nebo jiných webových stránek)

¹⁰⁵ Srov. Člověk v tísni: *Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele*, s. 18 - 19

¹⁰⁶ Srov. ROGERS, V.: *Kyberšikana*, s. 35

- vyloučení z virtuální komunity (exclusion) – záměrné vyloučení např. ze skupiny přátel v rámci sociální sítě
- obtěžování (harassment) - např. opakovaným prozváněním, voláním nebo psaním zpráv, které jsou urážlivé, útočné či nevyžádané.
- vydírání
- vyhrožování a zastrasování
- dehonestování (ponižování, nadávání, urážení) – zejména v komentářích pod fotografiemi na sociálních sítích.¹⁰⁷

V odlišných formách kyberšikany se projevují všechny tyto typy obtěžování nejrůznějším způsobem, který je pro oběť vždy zraňující a to zejména psychicky.

Nyní blíže rozeberu jednotlivé formy kyberšikany společně s riziky, která představují.

3.1 Nevyžádaná sdělení

3.1.1 Spam

Jedná se o druh nevyžádané on-line komunikace, nejběžněji se vyskytující na e-mailu. Spamy jsou nepříjemné, některé z nich jsou neškodné, ale jiné mohou být součástí podvodů či krádeží identity.¹⁰⁸

Nejtypičtějším spamem je email nabízející produkty nebo služby. Jedná se o levný marketingový nástroj, protože náklady hradí nakupující. Tyto reklamy nabízejí nejrůznější produkty od krémů, afrodisiak, léčiv až po pornografii. Je proto nutné, aby uživatel nekupoval nic, co je spamy nabízeno. Na e-mailu jsou dostupné efektivní filtry, které nežádoucí poštu vyřadí a tak se uživateli nedostane do přijatých zpráv. Součástí spamů totiž mohou být viry, které napadnou počítač a zničí důležitá data. Spam také může mít formu tzv. phishing e-mailu, který vypadá jako zpráva z banky či finanční instituce, do které se uživatel musí z nejrůznějšího důvodu přihlásit. Nejedná se ovšem o oficiální stránku banky, nýbrž o podvod od zlodějů, kteří přesnou replikou vymámí z uživatele přihlašovací údaje k jeho účtům. Následky takového podvodu mohou být velmi závažné.¹⁰⁹

¹⁰⁷ Srov. KREJČÍ, V.: *Kyberšikana. Kybernetická šikana*, s. 15.

¹⁰⁸ Srov. HULANOVÁ, L. *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 102

¹⁰⁹ Srov. SPAMfighter. *Obecné otázky a odpovědi týkající se Spam* [online]. [cit. 12. 2. 2016]. Dostupný z WWW: http://www.spamfighter.com/SPAMfighter/Lang_CS/FAQ_SPAM_Default.asp

3.1.2 Hoax

Za hoax se považuje šíření poplašných, nebezpečných a zbytečných řetězových zpráv, především na e-mailu. Hoax varuje uživatele před nebezpečím, které je nesmyslné či mu nejde zabránit (například vir, který se šíří vodovodním potrubím a nikdo si s ním neví rady), žádá uživatele, aby e-mail, který obdržel, rozeslal určitému počtu svých přátel – tzv. řetězový e-mail (někdy následuje hrozba, že se něco stane, pokud uživatel řetězec poruší).¹¹⁰ Běžní uživatelé hoaxům věří a přeposílají je v dobré víře dál. Odborníci se však shodují na rizicích, které může hoax přinést. Jsou jimi například obtěžování uživatele nesmyslnými zprávami, nebezpečné rady (například jak se zbavit viru), zbytečné zatěžování serverů a přehlcování e-mailových účtů nebo ztráta důvěryhodnosti odesílatele.¹¹¹

3.2 Flaming

Jedná se o projevy podrážděnosti, hněvu, urážek, nadávek v interakci mezi uživateli internetu, které bývají často velmi kruté. Obvykle probíhají v prostředí on-line fóra, diskuzí a typicky v prostředí online her. Hněv bývá často vyjádřen velkými písmeny (*NESNÁŠÍM TĚ*).¹¹²

Útočník neboli *flamer* opakovaně umisťuje urážlivé vzkazy a zprávy, stupňuje své útoky a ohnivě hájí své názory. Flamer útočí na toho, kdo má odlišné názory a to tak, že nadává, uráží a vyhrožuje.¹¹³

Pokud hádka mezi uživateli trvá déle, označuje se jako flame war. Na internetu jsou takoví uživatelé, kteří hádky vyvolávají záměrně. Nicméně jako formy kyberšikany je záměrem flamingu poškodit oběť a ublížit jí.¹¹⁴

Flaming může vyjadřovat jak přímé, tak skryté hrozby násilí. Hrozby a komentáře probíhající ve flame wars (typu „zabiju tě“), může, ale také nemusí znamenat reálnou hrozbu fyzického násilí. Zejména dospívajícím hrozí, že pokud se dostanou do kontaktu s flamingem, existuje možnost, že tyto online výhrůžky se mohou přesunout do běžné reality.¹¹⁵

¹¹⁰ Srov. VAŠUTOVÁ, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových médií*, s. 83 - 84

¹¹¹ Srov. HULANOVÁ, L. *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 102

¹¹² Srov. BAUMAN, S.: *Cyberbullying: what counselors need to know*, s. 53

¹¹³ Srov. Cms.E-bezpečí: *Co je flaming* [online]. Publikováno: 31. 5. 2008, [cit. 12. 2. 2016]. Dostupný z WWW: <http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/35/63/lang.czech/>

¹¹⁴ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 26

¹¹⁵ Srov. ŠLÉGROVÁ, V.: *Kyberšikana očima dospívajících*, s. 18

3.3 Obtěžování (harassment)

Představuje opakované, dlouhotrvající zasílání útočných, výhrůžných a obtěžujících zpráv prostřednictvím SMS, e-mailů či sociálních sítí. Oběť trápí především nepřetržitě, dlouhotrvající přijímání zraňujících zpráv od agresora, kterým nemůže zcela uniknout. Možnost obrany má krátkodobé působení – smazání kontaktu či jeho zablokování přináší chvilkovou útěchu, protože jakmile agresor zjistí, že oběť nemůže kontaktovat, zařídí si jiný účet, se kterým bude mít přístup k oběti. Tato komunikace je většinou jednostranná – agresor komunikuje, oběť se snaží zprávy ignorovat.¹¹⁶

Útoky a výhrůžky mohou u oběti vyústit ve vážné emocionální změny, jako jsou deprese a úzkost. Pokud nejsou řešeny, mohou znamenat transformaci do chronického stavu a tím celoživotní velký problém až do dospělosti, který bude ovlivňovat všechny oblasti života oběti. Psychická bolest působí prokazatelně mnohem větší a dlouhodobější újmu nežli bolest fyzická. Nadávky, ponižování, urážení a hanlivé komentáře, kterých se účastní v případě sociálních sítí i velké množství uživatelů, může vést ke snížení sebevědomí a sebehodnocení oběti. V takovém případě dochází ke ztotožnění s tvrzením agresorů a oběť si začne připadat jako nežádoucí, neschopný a nechtěný jedinec. Pokud se tato situace nezačne řešit či pokud oběť nemá dostatečnou podpůrnou sociální síť, která by tyto útoky a pochybnosti vyvrátila, může dojít k vážným poškozením sebehodnocení oběti s trvalými důsledky.¹¹⁷

Oběti se při obtěžování cítí bezmocně, naštvaně, frustrovaně a mají vztek. Z výsledků studií Hinduji a Patchina vyplývá, že dívky častěji než chlapeci pociťovaly jako emocionální reakci na kyberšikanu vztek a frustraci. Je to zajímavé zjištění oproti předpokládanému pociťování smutku.¹¹⁸

3.4 Vyloučení a ostrakizace

Při této formě kyberšikany je oběť záměrně a úmyslně vyloučena z nějaké skupiny, do které by chtěla či měla patřit – například třídní skupina na sociální síti, společná e-mailová adresa třídy a tak dále. Bolest pro oběť je hlavně z důsledku nenaplněné

¹¹⁶ Srov. VAŠUTOVÁ, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových médií*, s. 86

¹¹⁷ Srov. STEEL, A.: *The Psychological Effects of Bullying on Kids & Teens* [online]. [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://mastersinpsychologyguide.com/articles/psychological-effects-bullying-kids-teens#impact>

¹¹⁸ Srov. HINDUJA, S., PATCHIN, W.: *Cyberbullying Research Summary Emotional and psychological consequences* [online]. 2008, [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné na WWW: http://cyberbullying.org/cyberbullying_emotional_consequences.pdf

potřeby někam patřit, být součástí skupiny a jejího dění. V tento moment dochází k prolnutí šikany a kyberšikany, protože velmi často je oběť, která podléhá tradiční šikaně v prostředí třídy dále utlačována i v prostředí kyberprostoru. O to je dopad na psychiku oběti horší.¹¹⁹

3.5 Happy slapping

Tento poměrně nový fenomén se může přeložit jako „veselé fackování“. Propojuje fyzickou šikanu s kyberšikanou a to tak, že fyzický útok je zachycen pomocí fotoaparátu nebo kamery. Prakticky se jedná o nečekaný útok proti oběti, která je v této pro ni nevhodné a nepříjemné situaci natočena či vyfocena. Tento materiál posléze umístí útočníci na internet, může být poslán online a dochází tak k jeho zhlédnutí a sdílení mezi velkým počtem lidí.¹²⁰

Kořen této formy kyberšikany je v pořadech, které používaly skrytou kameru k vyvolání humorných scén na veřejnosti. Do rizikové oblasti se happy slapping přesouvá v případech, kdy jde o filmování takových situací, jako je ničení majetku a ubližování druhým lidem.¹²¹ Tyto materiály neslouží jen k zábavě uživatelů, ale také jako návod či inspirace, aby si uživatelé obsah videí vyzkoušeli, popřípadě vymysleli nové, ještě lepší útoky. Nebezpečné jsou tyto aktivity zejména u dětí a dospívajících, kteří si neuvědomují přesah některých těchto videí a fotografií do oblasti porušování zákona. Důsledky happy slappingu mohou být závažné a to jak z hlediska právního postihu, tak z hlediska zdravotního.

3.6 Krádež identity

Krádeží identity se rozumí schopnost uživatele – agresora – vydávat se za oběť. Agresor využívá a sdílí materiály oběti s cílem uškodit jí. Krádež či propůjčení identity nemusí být vždy výsledkem podvodu. Například mezi mladými lidmi a zvláště mezi děvčaty, je výměna hesel k nejrůznějším uživatelským účtům brána jako důkaz přátelství, důkaz důvěry. Tímto způsobem se může dívka stát nenásilně obětí kyberšikany – kamarádka,

¹¹⁹ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL, D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 25 - 26

¹²⁰ Srov. EASTIN, M. S.: *Encyclopedia of media violence*, s. 105

¹²¹ Srov. VAŠUTOVÁ, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových médií*, s. 88

kteře prozradila své heslo, se přihlásí k účtu a jejím jménem začne komunikovat s přáteli, posílat jim zprávy, obrázky a videa.¹²²

Přijemci netuší, že za účtem sedí cizí člověk. Pokud má agresor zlé úmysly, může takto závažně poškodit oběť a poničit její pověst, či ji dostat do problémů, ať už vztahových, pracovních či se zákonem.

Krádež identity má dvě fáze. První je samotné vniknutí na účet a zcizení identity. Nejdříve někdo ukradne osobní informace oběti – jméno, příjmení, rodné číslo, adresu a další citlivé údaje či její poštu nebo obsah počítače, fotografie a další. V druhé fázi zloděj tyto informace použije, když předstírá, že je oběť, a vykoná podvod.¹²³ Druhá fáze obsahuje důsledky, v drtivé většině případů negativní, které z tohoto zcizení plynou. Velmi nebezpečné jsou situace, kdy podvodníci zneužijí identitu pro získání úvěru či půjčky. Takový čin již naplňuje skutkovou podstatu trestného činu. V těchto případech podvodník inzeruje na poskytnutí půjčky a od zájemců vyláká fotokopie občanského a řidičského průkazu a výpisu z účtu. Využívá tíživé finanční situace zájemců, kteří ve většině případů sahají po této půjčce jako po poslední záchraně – a toho si je útočník velmi dobře vědom. Fotokopie dokumentů zašle bance, u které si chce jménem oběti založit účet. Banka pachateli účet založí a zašle mu žádost o aktivování účtu, a to tak, že ze svého stávajícího účtu zašle částku alespoň jedné koruny. Jména u účtů budou totožná a banka si tak ověří shodu identifikačních údajů.

Aby tuto podmínku mohl útočník splnit, vyzve oběť, aby na bankou nově založený účet zaslala alespoň jednu korunu. Když tak oběť učiní, aktivuje podvodníkovi účet a on tím dosáhl svého cíle. V tuto chvíli přeruší podvodník komunikaci s obětí s tím, že žádost o půjčku byla zamítnuta. Oběť tak nemá půjčku, o kterou žádala, ale nově založený účet, o kterém neví a na který si podvodník vezme půjčku. O celém podvodu se oběť dozvídá obvykle až ve chvíli, kdy přijde upomínka za nesplácení půjčky.¹²⁴

Takové případy zneužívání a krádeže identity se týkají především dospělých lidí. Mezi dětmi a dospívajícími se vyskytují spíše případy, které jsem popsala výše, jako nabourání se do uživatelského účtu, vydávání se za oběť a rozesílání poškozujících

¹²² Srov. WILLARD, N. E.: *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*, s. 8

¹²³ Srov. MERRITT, M.: *Úvod do krádeže identity* [online]. [cit. 4. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://cz.norton.com/identity-theft-primer/article>

¹²⁴ Srov. NEVYHOŠTĚNÝ, J.: *Česko zasáhly krádeže identit. Podvodníci si zřídí účet na vaše jméno* [online]. Publikováno: 4. 5. 2012, [cit. 4. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://ekonomika.idnes.cz/cesko-zasahly-kradeze-identit-dkl-/ekonomika.aspx?c=A120504_085107_ekonomika_neh

zpráv z účtu oběti. Může se jednat i o smazání účtu a tím odříznutí oběti od přístupu k informacím nebo k sociální síti a ztrátě všech dat, která na ní byla uložena.

3.7 Kybergrooming

Dalším typem chování uživatelů na internetu, se kterým je možné se setkat, je kybergrooming. Jedná se o sociálně patologický jev odehrávající se kyberprostoru a o jeden z nejnebezpečnějších fenoménů současnosti.

Jedná se o chování uživatelů na internetu (zpravidla dospělých – tzv. kybergroomerů, predátorů), které má v oběti, kterou si předem vyhlédli, vyvolat falešnou důvěru a přimět ji k osobnímu setkání. Jedná se o psychickou manipulaci s obětí prostřednictvím internetu a mobilních telefonů, jejímž cílem je osobní schůzka predátora s obětí.¹²⁵

Nejedná se již o agresi mezi vrstevníky, ale o kategorii zneužívání dětí. Agresoři jsou velmi často pedofilové a sexuální násilníci. Výzkumy ukazují, že přibližně 20 % dětí se na internetu setká s nechtěnou sexuální nabídkou. To je velmi znepokojivé, ovšem očekávané při podmínkách, které internet poskytuje. Znepokojivější je podle mého názoru fakt, že pouze čtvrtina dětí o nabídce sexuálního kontaktu řekla někomu dospělému. Anonymita internetu jde agresorům v tomto ohledu velmi vstříc. Vyskytují se především v chatovacích místnostech, kde jsou skryti pod nejrůznějšími přezdívkami. Využívají dětskou touhu seznámit se a najít si kamarády.¹²⁶

Podle výzkumu nebezpečí elektronické komunikace III zveřejňuje na internetu údaje, podle kterých lze dítě vysledovat v reálném životě (jméno a příjmení) téměř 73 % respondentů. Ochota komunikovat s cizími lidmi u českých dětí (11 – 17 let) je vysoká – více než polovina dotázaných respondentů komunikuje na internetu s cizími lidmi, přes 40 % dotázaných dostalo od uživatele, kterého znají pouze z internetu pozvání na osobní schůzku, a téměř 53 % šlo na takovou schůzku a necelých 17 % respondentů by o takové schůzce nikomu neřeklo (což je oproti výzkumu realizovanému v roce 2010 pokles o 3 %, avšak i nadále zůstávají čísla dotázaných, kteří by o schůzce s cizím člověkem nikomu neřekli, vysoká).¹²⁷

¹²⁵ Srov. SZOTKOWSKI, R.; KOPECKÝ, K.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 51

¹²⁶ Srov. HULANOVÁ, L. *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 52

¹²⁷ Srov. KOPECKÝ, K.; SZOTKOWSKI, R.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí elektronické komunikace III.*, s. 21

Mezi specifické rysy kybergroomingu patří:

- *manipulace* – uplácení, lichocení, nabídky dárků či peněz, manipulace silou či ve formě hrozeb nebo zastrašování, vydírání. Manipulace může trvat týdny, měsíce i roky.
- *dostupnost obětí* – agresor má možnost snadno a rychle kontaktovat velké množství obětí přes široké spektrum služeb jako jsou chaty, diskuzní fóra a sociální sítě a to anonymně, aniž by musel opustit svůj domov
- *budování „vztahu“* – důležité pro agresora je získat si důvěru dítěte, naklonit si jej na svoji stranu, sdílet s ním intimitu například skrz koníčky a záliby dítěte. Pachatelé se snaží být milí, přívětiví, důvěryhodní, což může vést až do situace, kdy se oběť do pachatele zamiluje.
- *sexuální témata v komunikaci s dítětem* – dříve či později začne útočník zavádět do konverzace sexuální témata (flirtování, sexuální vulgarity, posílání odkazů s pornografickým materiálem) s cílem snížit zábrany dítěte ve vztahu k sexu. Tyto vyměňované materiály mohou být i vlastní (pachatel posílá oběti svoje fotografie či videa a „na oplátku“ žádá to samé od oběti)
- *posouvání rizik* – pachatel se snaží různými způsoby zajistit, aby nebyl odhalen a aby se mu podařilo dítě zmanipulovat a sexuálně zneužít
- *podvádění* – pachatel při komunikaci lže (téměř o všem), avšak oběť těžko rozpozná varovné příznaky. Řada dětských obětí ví, že komunikují s dospělým (který se původně vydával za mladšího), přesto v komunikaci pokračují a nedbají rizik.¹²⁸

Pachatelé kybergroomingu tvoří heterogenní skupinu, která se zaměřuje zejména na děti v pubertě či na adolescenty. Asi jen 10 % z nich spadá mezi pedofilně orientované uživatele, kteří se zajímají o děti především ve věkovém rozpětí 5–12 let.¹²⁹ Podle motivace mohou být rozděleni na ty, kteří jsou vedení svou sexuální fantazií (chtějí uspokojit své sexuální potřeby online, ve formě cybersexu) a na pachatele, kteří chtějí navázat sexuální kontakt v reálném světě (navazují online kontakt, budují vztah a důvěru a vše směřují k uskutečnění osobní schůzky).¹³⁰

¹²⁸ Srov. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*, s. 26-29

¹²⁹ Srov. SZOTKOWSKI, R.; KOPECKÝ, K.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 54

¹³⁰ Srov. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*, s. 31

Co se týká obětí kybergroomerů, zpravidla jsou jimi děti ve věku 11–17 let. Častěji se jedná o dívky než o chlapce. Tyto děti tráví velké množství svého volného času na internetu, zejména v online komunikačním prostředí a hledají nové kamarády a seznámení. Děti a mládež jsou k manipulaci náchylnější zejména proto, že dosud nemají plně rozvinuté sociální dovednosti a mají nedostatek životních zkušeností. Agresoři zkouší oslovovat několik desítek dětí denně a zdaleka ne všechny jim odpoví. Dlouhou dobu s nimi vydrží komunikovat jen některé z nich a ty mohou být rozřazeny do určitých typů - děti s nízkou sebeúctou nebo nedostatkem sebedůvěry, děti s emocionálními problémy, oběti v nouzi, dále děti naivní a přehnaně důvěřivé a v neposlední řadě adolescenti, které již zajímá lidská sexualita a jsou ochotni o ní otevřeně hovořit.¹³¹

Samotný proces manipulace agresora s obětí má čtyři fáze:

- 1) *příprava na kontakt s obětí* – vytvoření falešné identity
- 2) *kontakt s obětí* - navázání a prohlubování vztahu, snaha získat co nejvíce informací, tajemství a citlivých údajů, profilování oběti (kontakt s několika desítkami obětí současně), snaha o izolaci oběti od okolí, uplácení dárky apod.
- 3) *příprava na osobní setkání* – agresor využívá technik cílené manipulace, vyhrožování a vydírání oběti prostřednictvím získaných citlivých a intimních informací
- 4) *realizace osobního setkání* – první schůzka může být nevinná a sloužit k prohloubení vztahu, poté následuje útok (sexuální, fyzický), která má pro oběť nedozírné následky hlavně po stránce psychické.¹³²

Pokud se dítě stalo obětí kybergroomingu a bylo sexuálně zneužito, může být dosti těžké to odhalit, zejména proto, že zneužití děti se obávají vyhledat pomoc. Mohou mít obavu z možné pomsty, ale existují také oběti, které nechtějí pachateli ublížit, a proto zneužití neohlásí. Následky sexuálního zneužití bývají fyzické (hematomy, rány, odřeniny, vytrhané vlasy, zlomeniny, poranění vnitřních orgánů, atd.) a zejména psychické, jejich trvání může být krátkodobé či dlouhodobé (úzkost, deprese, agresivita, neodpovídající sexuální chování, zvýšená sexualita, emoční labilita, depresivní symptomatologie, sociální izolace, ztížení úspěšnosti ve škole, poruchy příjmu potravy,

¹³¹ Srov. KOPECKÝ, K.: *Rizika virtuální komunikace (příručka pro učitele a rodiče)* [online] [cit. 4. 2. 2016], s. 14 Dostupné na WWW: http://www.zsmalse.cz/phprs/storage/enebezpeci_a5_3.pdf

¹³² Srov. SZOTKOWSKI, R.; KOPECKÝ, K.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 56 - 66

snížení sebehodnocení, negativní sebepojetí, problémy ve vztazích, autodestruktivní a suicidální chování atd. Někdy naopak nemusí být sexuální zneužití spojeno s utrpením, zejména pokud je oběť do pachatele zamilovaná).

Je také potřeba myslet na to, že traumatizující je pro dítě i to, co se stane po ohlášení činu.¹³³

3.8 Sexting

Sexting je složenina ze dvou slov – „sex“ a „textování“ a znamená posílání textových zpráv, fotografií a videí se sexuálním obsahem.¹³⁴ Jedná se především o pořizování a posílání vlastních nahých či intimních fotografií a videí prostřednictvím mobilního telefonu a dalších médií jako je internet a sociální sítě.¹³⁵

Téměř 10 % mladých lidí se setkalo s nahými či polonahými fotografiemi, z toho 7 % takový obsah obdrželo a 3 % vytvořilo. V obou skupinách převažovaly dívky ve věku 16 – 17 let.¹³⁶

Fenomén sextingu se v posledních letech dotýká výrazně i českých dětí. Výzkumy probíhající od roku 2010 ukazují, že sexting provozuje přibližně 7 - 9 % dětí ve věku 11 až 17 let. Výzkum z roku 2014 ukázal, že 7,81 % dotazovaných dětí (z toho 47 % chlapců a 53 % dívek) umístilo svou „sexy“ fotografii nebo video, na kterých jsou částečně nebo úplně nahé, na internet a 12,14 % respondentů (z toho 60 % chlapců a 40 % dívek) tento materiál někomu přes internet/mobilní telefon poslalo.¹³⁷

Jako důvody pro zasílání své erotické fotky dotazovaní uváděli „výměnu fotek“ (druhý uživatel mu také podobné fotografie poslal, tak mu to chtěl oplatit), „byla pro přítele, pro přítelkyni“ (jen pro něj/ni, nikam to nedával/a), „touha zaujmout“, „nestydím se za sebe“, „byl jsem nadržžený“ a podobné.¹³⁸

Motivací k sextingu může být nuda či touha navázat intimní kontakt. V některých případech je sexting vyprodukován vlivem okolí. Ačkoliv téměř tři čtvrtiny

¹³³ Srov. HANUŠOVÁ, J.: *Sexuální zneužívání*, s. 18 – 19. [online]. 2006, [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.vyzkum-mladez.cz/zprava/1385374653.pdf>

¹³⁴ MULLER, M.: *Jak ochránit děti před pornografií na internetu*, s. 107

¹³⁵ Srov. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizika internetové komunikace v teorii a praxi*, s. 25

¹³⁶ Srov. MITCHEL, K. J. a kol.: *Prevalence and Characteristics of Youth Sexting: A National Study*[online]. Publikováno 19. 9. 2011, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://www.unh.edu/ccrc/pdf/sexting%20prevalence%20proof%20-%20do%20not%20cite%20without%20permission_km.pdf

¹³⁷ E-bezpeci.cz: *Výzkum rizikového chování českých dětí v prostředí internetu 2014* [online prezentace]. Publikováno: 14. 7. 2014, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/cat_view/27-vyzkumne-zpravy

¹³⁸ Tamtéž

dotazovaných vnímá sexting jako rizikový a riskantní, najdou se tací, kteří sexuálně laděné materiály sdílí a rozesílají ostatním nebo by byli ochotni takové materiály pořídit. Sexting je mezi dospívajícími vnímán také jako forma sebe prezentace.¹³⁹ Souvisí to s požadavky současné postmoderní konzumní společnosti, kdy je lidská sexualita prezentována zejména v médiích a reklamách velmi výrazně. Tímto prostřednictvím jsou dětem od útlého věku překládány vzory fyzické krásy, kdy je důležité „být sexy“. Sexting provozují také celebrity z řad zpěváků, herců i sportovců, ve kterých hledají děti během dospívání vzory a tak mohou toto chování napodobovat. Dnešní společnost prezentovaná médiem předává dětem vzory, kdy odhalovat a sdílet vlastní nahotu je „normální“ a jedná se o způsob, jak zaujmout. Děti tak ztrácejí cit pro rozeznání rizik a nebezpečí, které jsou se sextingem spojeny.¹⁴⁰

Rizika spočívají především v tom, že oběť o sobě dobrovolně poskytne velmi citlivý materiál, který může být zneužit zejména k vydírání. Intimní materiál může zůstat u toho, komu byl zaslán a ten jej nemusí nikdy použít, ale také, zejména mezi partnery, může být v případě rozchodu použit jako nástroj pomsty. Ke zveřejnění může dojít až několik let po pořízení a následky nebudou pro nikoho příjemné. Pokud se takový materiál dostane na internet, lze ho jen obtížně odstranit a ani poté není jistota, že fotografii či video někdo nezískal a nehodlá je v budoucnu opět použít jako zbraň.¹⁴¹

Mezi potenciální následky sextingu patří ponížení v případě objevení sexuálního obsahu rodiči, jinou autoritou nebo nezamýšlenými příjemci, různé tresty od ztráty telefonu a po vyloučení ze školy (zahraniční případy), vznik šikany a kyberšikany nebo trestní stíhání v případě naplnění skutkové podstaty trestného činu (výroba, držení a šíření dětské pornografie).¹⁴²

Chránit se proti sextingu lze účinně jedině prevencí. Každý uživatel, než intimní materiál pošle, by se měl zamyslet nad důsledky svého jednání a také nad tím, že nemůže předem odhadnout, kde a u koho zasláný materiál skončí. Zvláště nezletilý se tímto způsobem mohou dostat do konfliktu se zákonem (např. šíření dětské pornografie).¹⁴³

¹³⁹ Srov. KOPECKÝ, K.; SZOTKOWSKI, R.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí elektronické komunikace III.*, s. 24

¹⁴⁰ Srov. KOPECKÝ, K.; KOŽÍŠEK, M.: *Fenomén sexting v teorii a praxi* [online]. Publikováno: 4. 4. 2015, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://casopisy.skaut.cz/skauting/678>

¹⁴¹ Srov. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizikové chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*, s. 44

¹⁴² Srov. JOLICOEUR, M.; ZEDLEWSKI, E.: *Much Ado About Sexting* [online]. Publikováno v červnu 2010, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <https://www.ncjrs.gov/pdffiles1/nij/230795.pdf>

¹⁴³ Srov. BOWKER, A.; SULLIVAN, M.: *Sexting. Risky Actions and Overreactions* [online]. Publikováno: červenec 2010, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <https://leb.fbi.gov/2010/july/sexting-risky-actions-and-overreactions>

Od roku 2009 začala Policie ČR upozorňovat na zvyšující se výskyt závažného trendu mezi dětmi a dospívajícími, který se sextingem souvisí. Jedná se to, že samy děti pořizují své intimní fotografie a nahrávky za účelem snadného přivýdělku.¹⁴⁴

S nabídkami finančního odměny za své intimní fotografie se mohou setkat na chatu, sociální síti, inzertních serverech náhodou, později mohou takové nabídky vyhledávat záměrně nebo je samy nabízet. Děti mohou tyto aktivity zlehčovat, nemusí si uvědomit přesah virtuálního světa do reálného života. Takového zlehčování je možné dočkat se i od soudu, kdy jsou tato rizika považována pouze za virtuální.¹⁴⁵

Děti se samy nabízejí agresorům (kybergroomerům) za pár korun. V dokumentárně vzdělávacím filmu *Seznam se bezpečně 2*, který byl natočen v rámci projektu Seznam se bezpečně, vypovídá pedofil, který považuje internet za ráj ve smyslu možnosti uspokojení. Pedofilové se dle jeho slov nemusí ani moc snažit. Děti udělají cokoli za částku, kterou jim nabídnou – pošlou zcela nahé fotografie, v různých polohách. Osobně měl v počítači na tři stovky fotografií takových dívek, z nichž nejmladší bylo 9 let. Fotografie získával tím, že obětem dobíjel kredit do mobilního telefonu – za pět set korun nebo za dvě stě korun.

Agresorům stačí vyčkávat například v chatovacích místnostech, kde se mu některé děti samy nabídnou. Ve zmíněném filmu se takto nabízela 16letá slečna, která za pět set korun prováděla orální sex se zcela neznámými muži. Na otázku moderátora, jak často tohle provozuje, odpověděla: „*Když potřebuju prachy, tak se prostě domluvim a jdu.*“¹⁴⁶

Celý projekt Seznam se bezpečně, na kterém spolupracují administrátoři společnosti Seznam.cz, Policie ČR, soudní znalci, právníci i psychologové, hodnotím jako velice přínosný co se týče vzdělávání dětí, rodičů i pedagogů i ostatních, protože hovoří přímo o nebezpečích, která jsou na internetu skryta a předkládá praktické rady a řešení takových situací.

¹⁴⁴ Srov. SZOTKOWSKI, R.; KOPECKÝ, K.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 55

¹⁴⁵ Srov. WALLEROVÁ, R.; VOKÁČ, M.: *Děti na internetu riskují, své fotky posílají pedofilům za kredit do mobilu* [online]. Publikováno: 23. 11. 2009, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://zpravy.idnes.cz/deti-na-internetu-riskuji-sve-fotky-posilaji-pedofilum-za-kredit-do-mobilu-1ul-/domaci.aspx?c=A091122_195910_domaci_vel

¹⁴⁶ Srov. Seznam se bezpečně: *Seznam se bezpečně 2* [video]. Publikováno v březnu 2013, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.seznamsebezpecne.cz/>

3.9 Kyberšikana učitele

Kyberšikana neprobíhá jen mezi dětmi navzájem. Jak jsem již zmínila, obětí je často stávají také učitelé. Případů, kdy jsou děti v roli agresorů, a obětí je dospělá autorita, není málo. Formy šikanování sahají od lehkých drzých poznámek přes záměrné provokování učitele až k fyzickým útokům. O tomto problému se však příliš nemluví – zájem veřejnosti upoutají pouze tragické případy končící smrtí pedagoga (např. aktuální případ studentů střední školy v Praze, kteří dlouhodobě šikanovali kantorku angličtiny, která následně spáchala sebevraždu – jejich spolužáci pořizovali záběry celého obtěžování na mobilní telefon). Kyberšikana a šikana jsou bohužel běžnou součástí práce pedagogů. Data o šikaně a kyberšikaně učitelů však nemají výpovědní hodnotu, neboť více jak polovina případů zůstává nenahlášena. Důvodů, které pedagogy vedou k tajení agrese je více, např. celý problém vnímají jako vlastní selhání, bagatelizují problém, obávají se o pracovní místo a toho, že je vedení školy nepodpoří a mnohé další.¹⁴⁷

Učitelé jsou stejně jako děti v roli oběti. I oni mohou zažívat stud, ponížení či vztek nebo smutek a nemusí chtít o vzniklé situaci komunikovat s někým dalším. Český právní řád zatím pedagogům nezajišťuje účinnou možnost obrany. Problematické je také jakékoliv shánění důkazů, ke kterým učitel mnohdy nemá přístup (často neví, že je natáčen a vystaven na internetu). Vše ztěžuje poměrně nízká informovanost zejména o možných dopadech takového chování – žáci by měli vědět, že z takového chování budou vyvozeny patřičné důsledky.

Od ledna 2009 mají ředitelé škol možnost zakázat užívání mobilních telefonů při výuce, což v praxi přináší mnohé technické problémy, navíc žáci telefony i přes zákaz používají.¹⁴⁸

Projekt E-bezpečí v současné době provádí výzkum výskytu kyberšikany u českých učitelů, který má za úkol zmapovat aktuální situace, zejména zjistit, jakým formám kyberšikany musí učitelé čelit nejčastěji, jaký na ně má kyberšikana dopad a jak jsou schopni kritické situace řešit.¹⁴⁹

¹⁴⁷ Srov. KOPECKÝ, K.: *Úvod do problematiky kyberšikany páchané na učitelích* [online] Publikováno: 22. 2. 2016, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/1120-kybersikana-ucitelu-vyzkum>

¹⁴⁸ Srov. SCHRÖTTEROVÁ, M.: *Kyberšikana učitele* [online]. Publikováno: 27. 5. 2015, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://spomocnik.rvp.cz/clanek/18793/KYBERSIKANA-UCITELE.html>

¹⁴⁹ Srov. KOPECKÝ, K.: *Výskyt kyberšikany u českých učitelů – právě startujeme* [online] Publikováno: 17. 2. 2016, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://e-bezpeci.cz/index.php/home/1114-kybersikana-ucitelu-2016>

Myslím si, že tento výzkum přinese zajímavé a užitečné poznatky, které bude potřeba reflektovat a vyvodit z nich potřebné strategie a postupy. Je prvním krokem na důležité cestě k řešení velmi závažné a zamlčované oblasti šikany a kyberšikany.

4 PSYCHICKÉ ASPEKTY KYBERŠIKANY

V této kapitole se zaměřím především se na psychiku dospívajících a na to, jaké na ni může mít kyberšikana dopady, protože právě dospívající jsou kyberšikanou podle mého názoru ohroženi nejvíce. Mají velmi blízko k moderním technologiím, denně používají ICT a navíc procházejí velmi bouřlivým a náročným obdobím - jak pro ně samotné, tak pro jejich okolí a to ze stránky fyzické i psychické. Děti v předškolním a mladším školním věku jsou ještě výrazně vázány na hru, na autority a na rodiče a proto v případě kyberšikany existuje vysoká pravděpodobnost, že se svěří dospělému a požádají o pomoc. Také zásah od autority vůči agresorovi má větší uplatnění. Pokud se obětí kyberšikany stane dospělý, sám ji může zkusit řešit a navíc, co se týče psychického vývoje, je méně zranitelný nežli dospívající, který si své pevné postavení, názory, sebepojetí a identitu ještě buduje. Právě útočnost v období nezralosti, vývoje a nejistoty, kterou dospívající prochází, bych označila jako velice rizikový faktor, kterým se kyberšikana, ale i všechny ostatní formy násilí vyznačují a které mohou způsobit závažné, někdy až tragické poškození, které může přinést trvalé následky (především pro oběť, ale také pro agresora) po zbytek života.

Vývoj psychických vlastností a funkcí je závislý na mnoha faktorech, které působí u každého jednotlivce individuálně. Psychický rozvoj osoby zahrnuje tři oblasti:

- *biosociální vývoj* (tělesný vývoj a veškeré proměny s ním spojené)
- *kognitivní vývoj* (psychické procesy, které se podílejí na lidském poznání; kompetence)
- *psychosociální vývoj* (proměny ve způsobu prožívání, osobnostních a sociálních charakteristik, rolí, mezilidských vztahů).

Tyto oblasti jsou vzájemně propojené a ovlivňují se. Průběh psychického vývoje závisí na individuálně specifické interakci vrozených dispozic a komplexu vlivů prostředí. Mezi činitele psychické vývoje jsou zahrnovány:

- *dědičnost* – genetické dispozice, díky nimž se vytvářejí předpoklady pro rozvoj různých psychických vlastností (genotyp)

- *prostředí* – socializační činitelé (společnost, sociální vrstva, sociální skupiny – rodina, vrstevníci), které významným způsobem ovlivňují vývoj dítěte. Interakce s neživými i předměty, živými věcmi a lidmi hraje důležitou roli, stejně jako zkušenosti, které dítě během vývoje získává a které jej mohou ovlivnit jak negativně, tak pozitivně.¹⁵⁰

4.1 Psychický vývoj v dospívání

Dospívání je jednou z vývojových etap člověka. Je to přechodná doba mezi dětstvím a dospělostí. V tomto období dochází ke komplexní proměně osobnosti po stránce fyzické, psychické i sociální. Typické je neustále hledání a přehodnocování, během kterého musí jedinec zvládnout mnoho složitých úkolů, především vytvořit si subjektivně přijatelnou formu vlastní identity.¹⁵¹

Současně s biologickým zráním, které zahrnuje zrání pohlavní, probíhá celá řada velmi významných a nápadných změn psychických. Dochází také k novému sociálnímu zařazení jedince, ve kterém se odráží nové a odlišné očekávání od společnosti oproti předchozímu období dětství a mladšího školního věku. Souhrnně je možné označit tyto změny jako pubertální. U každého jedince jsou individuální a mohou se lišit jak v kvalitě, tak v intenzitě.

V podmínkách současné společnosti bývá období dospívání vymežováno dolní hranicí 11-12 let a horní hranicí 20 – 22 let. Je rozděleno na období pubescence (zhruba 11 – 15 let) a adolescence (zhruba 15 – 22 let).¹⁵²

- *Pubescence (raná adolescence)* je období plné dramatických změn. V důsledku především hormonálních změn dochází k výrazné emoční nevyváženosti a pubescent reaguje podrážděně, jeho nálady se často a snadno mění, prožívá věci hlouběji. Velkými změnami prochází i oblast socializace – změna sociálních rolí, názory na druhé lidi a vztah k autoritám, celková komunikace s dospělými. Dospívající odmítá podřízenou roli, již nechce být považován za dítě a necítí se tak. Mění se vztah ke škole i k učiteli jako autoritě a autoritám celkově. Pubescent je kritický a nadřazenou pozici uznává pouze, je-li přesvědčen, že si ji zaslouží. O všem diskutuje a polemizuje, chce provádět

¹⁵⁰ Srov. VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie*, s. 12 - 17

¹⁵¹ Srov. VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie*, s. 321

¹⁵² LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D.: *Vývojová psychologie*, s. 142 - 143

vlastní rozhodnutí, má své vlastní názory.¹⁵³ Odpoutání od rodiny je důležitých vývojovým mezníkem – dochází k modifikaci vztahů s rodiči, pubescent odmítá nekritické přijetí rodičovské autority, protože zjistil, že ani rodiče nejsou neomylní. Do popředí se dostávají vrstevnické vztahy.¹⁵⁴

- *Adolescence* začíná s ukončením povinné školní docházky a postupným dosahováním pohlavní a reprodukční zralosti. Mění se společenské postavení jedince – přechod ze základní školy, častější a hlubší erotické vztahy, zásadně se mění sebepojetí.¹⁵⁵ Je to období, které slouží k urovnání vlastních hodnot, postojů a cílů, tak, aby dospívající dokázal dobře nakládat se dvěma základními atributy dospělosti – se svobodou a odpovědností. V tomto období se završuje rozvoj identity - dospělý jedinec, který úspěšně rozvinul a ustálil svou identitu, ví kým je a zná své vlastnosti, slabé i silné stránky, je si vědom svých možností a limitů. V opačném případě může nastat tzv. adolescentní moratorium, kdy jedinec experimentuje s různými rolemi, které zkouší. Neúspěch při vytváření identity může mít také formu tzv. difúzní identity, která v krajním případě spadá do oblasti patologie (velký vnitřní zmatek jedince, který není schopen systematicky směřovat k nějakému cíli).¹⁵⁶

4.1.1 Vrstevnické vztahy

Během období dospívání dochází k nárůstu významu a vlivu vrstevnických vztahů, které silně působí na vyvíjející se identitu dospívajícího. Po příchodu do školy se dítě začalo orientovat i na ostatní spolužáky, hledalo vzory, se kterými se mohlo identifikovat a vzory z rodiny postupně odsouvalo do pozadí. Tato tendence výrazně pokračuje, rodiče jsou „odsunuti“ na druhou kolej a směrodatné je to, co se odehrává ve vrstevnických vztazích. Vrstevníci přebírají funkce, které dříve zastávala převážně rodina. Dospívajícím velmi záleží na tom, aby si vytvořili a udrželi místo ve vrstevnické skupině. Proto ochotně splňují požadavek konformity, protože skupina jim umožňuje uspokojovat potřeby jistoty a bezpečí. Přijetí vrstevníky vede ke snížení vlastní nejistoty a k pozitivnímu ovlivnění vývoje osobnosti dospívajícího. Nároky, se kterými se dospívající u vrstevníků setkává, se mohou dostat do konfliktu s požadavky rodičů nebo

¹⁵³ Srov. VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie*, s. 346

¹⁵⁴ Srov. PTÁČEK, R.; KUŽELOVÁ, H.: *Vývojová psychologie pro sociální práci*, s. 45 - 46

¹⁵⁵ Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D.: *Vývojová psychologie*, s. 146

¹⁵⁶ Srov. PTÁČEK, R.; KUŽELOVÁ, H.: *Vývojová psychologie pro sociální práci*, s. 48

jiné autority či instituce. Vrstevnické skupiny si vytváří vlastní normy, které mohou být radikální až nekompromisní.

Pro dospívající začíná být velmi důležité a potřebné přátelství. Přátelské vztahy se vyznačují vzájemnou intimitou, schopností sdílet pocity, názory, zážitky i zkušenosti. Jsou zdrojem jistoty, bezpečí, podpory a porozumění.¹⁵⁷ Ve skupinách se začínají projevovat rozdíly na základě pohlaví – dívčí a chlapecké skupiny, které se liší zaměřením, velikostí, hierarchií i typem převažujících vztahů.

Rodina je stále důležitým sociálním zázemím, snižuje se však závislost dospívajícího na rodičích. Někdy je nezbytný mezigenerační konflikt k tomu, aby jedinec překonal závislost na rodičích a získal pocit vlastní autonomie. Důležitost rodičů jakožto referenčních osob pro sebehodnocení zůstává stále vysoká a ani během dospívání se příliš nemění. Jednotlivé vztahy jsou mezi sebou provázány – někdy přísnost a zvýšená kontrola rodičů vede k větší orientaci dospívajícího na vrstevníky.¹⁵⁸

Součástí vývoje jsou také první lásky a experimentování s partnerskými vztahy. Zpočátku jde o zvědavost, které se později v důsledku tělesného rozvoje spojuje s erotickými pocity. Subjektivní prožitek zájmu o vrstevníka opačného pohlaví může mít charakter zamilovanosti. Typicky se střídají pocity povznesenosti, zamilovanosti, trapnosti či rozpaky. Jedním z motivů navazování milostných partnerských vztahů může být tlak norem vrstevnické skupiny – dospívající musí dokázat své kompetence.¹⁵⁹

Období dospívání je charakteristické do určité míry rebelstvím a negativním chováním, které je určitým výrazem postojů vůči autoritám, které omezují hranice skupiny nebo jednotlivců. Pokud se hranice nepřekračují příliš, jedná se pochopitelné testování, překračování v rámci zkoumání, co je možné si dovolit. Problematické se toto překračování hranic stává ve chvílích, kdy dospívající jednají rizikově – pokusy o kouření, konzumaci alkoholu a jiných drog, delikvence, výtržnictví, násilí a podobně. Riziko spočívá především v nezralosti a nezkušenosti dospívajících, v neznalosti možných závažných důsledků. Výzkumy potvrzují, že vrstevnická konformita je významným faktorem rizikového chování dospívajících. Důvody, které vedou dospívající k problematickému chování, jsou dva – konformní chování vůči vrstevnické skupině a potřeba experimentovat a hledat své vlastní hranice.¹⁶⁰

¹⁵⁷ Srov. SCHEEROVÁ, L.: Vrstevnické vztahy. In: *Sborník studií dětí a jejich problémy III*, s. 94 - 95

¹⁵⁸ Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 55 - 56

¹⁵⁹ Srov. VÁGNEROVÁ, M: *Vývojová psychologie*, s. 381 - 382

¹⁶⁰ Srov. VELČOVSKÁ, E.: *Vrstevnická skupina – vztahy mezi vrstevníky ve školní třídě*, s. 29

4.1.2 Emoce

Dospívání je charakteristické obdobím emoční lability. Pudy a pohlavní dozrávání přinášejí nové vnitřní podněty, na které dospívající nebyl zvyklý a které ho činí až přecitlivějším. Projevy citových konfliktů bývají velmi silné a nápadné. Typické jsou pro dospívajícího časté změny nálad, impulzivní jednání, nestálost a nepředvídatelnost reakcí. Emoční nestálost ztěžuje soustředění na učení a tak může docházet ke zhoršení školního prospěchu. Také se mohou dostavit zhoršený spánek, poruchy chuti k jídlu a denní snění, kam se dospívající rádi uchylují před realitou.¹⁶¹ Citové výbuchy často nemohou vysvětlit dospívající ani sami sobě, což může vést k ještě větší podrážděnosti a rozmrzelosti.¹⁶²

Příhoda tuto psychofyzickou nerovnováhu, rozkolnost, neustálenost a výbušnost charakteru označuje jako vulkanismus, neboť se vyznačuje eruptivností, unáhleností a nevyrovnaným růstem různých složek osobnosti. Podle něj je dospívání vskutku přerodem a nejsložitějším vývojovým obdobím, neboť dospívající pociťuje neklid, nerovnováhu, sentimentalitu, nejasné toužení i tísnivý smutek. Období mezi 11. a 15. rokem života pokládá Příhoda za nejsložitější, protože je plné protikladů, jež ještě nemohou dojít k harmonickému vyrovnání.¹⁶³ To nastává až ke konci období adolescence, kdy se emoční prožívání stabilizuje. Důvodem je hormonální vyrovnanost, adaptace organismu na pohlavní dospělost, korigována zkušeností. Toto období „vystřízlivění“ je signálem nástupu realismu mladé dospělosti.¹⁶⁴

4.2 Vliv šikany

Jak jsem již vymezila v první kapitole, kyberšikana je jednou z forem psychické šikany, a tak co se důsledků a psychických dopadů týče, je možné vyzorovat stejné či podobné rysy a překrývající se důsledky. Michal Kolář říká, že ze své zkušenosti může potvrdit propojení tradiční šikany, zejména v třídním kolektivu a kyberšikany, která probíhala následně (většinou se zachováním rolí). Toto propojení obou forem násilí přináší jedno pozitivum – objevení klasické šikany je snazší, lépe řešitelné a učitelé, metodici prevence i psychologové s tím mají více zkušeností. Postihnout samotnou kyberšikanu, která, byť se třídního kolektivu dotýká, probíhá v mimoškolním prostoru,

¹⁶¹ Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D.: *Vývojová psychologie*, s. 147

¹⁶² Srov. VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie*, s. 340 - 341

¹⁶³ Srov. PŘÍHODA, V.: *Ontogeneze lidské psychiky*, s. 431 - 433

¹⁶⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie*, s. 343

je velmi obtížné. Navíc školy nemají povinnost se touto kyberšikanou zabývat.¹⁶⁵ Ovšem díky rozpoznání šikany se zpravidla podaří odhalit i případnou kyberšikanu a léčba obojího může probíhat ruku v ruce.

Pro ucelenost problematiky psychických důsledků kyberšikany jsem do ní zahrнула také psychické následky klasické šikany, které jakožto základ vytváří platformu psychických dopadů kyberšikany. Některé výzkumy zaznamenaly dopady kyberšikany srovnatelné s dopady tradiční šikany (Smith et al., 2008), zatímco z jiných vyplývají dopady závažnější (Campbell 2005).¹⁶⁶

Následky, kterými může šikana poznamenat psychiku, je možné rozdělit podle toho, zda se jedná o ty, které mají tendenci objevit se u agresora a které se mohou objevovat u oběti.

Mezi následky šikany u agresora bývá zařazováno zafixování antisociálních postojů – upevnění antisociálních postojů a celková připravenost pro trestnou činnost.

Jako následky šikany u oběti specifikuje Kolář sebevraždu, pokus o sebevraždu, poruchy spánku, noční děsy, psychosomatické potíže, únavu, nevolnost, poruchu sebehodnocení, tendence od všeho uniknout, vzdát se, skrýt se, vystavení tzv. subtilnímu násilí (izolace, zesměšňování, ponižování, nadávání...), které pozvolna, ale jistě narušuje osobnostní vývoj oběti, dále poruchy v sociální a osobnostní adaptaci: nepozornost ve škole, zhoršení prospěchu, nadměrná omluvená absence (únik do nemoci), poruchy sebehodnocení a narušené, negativní sebepojetí, neomluvená absence (záškoláctví), celková nejistota a všudypřítomný strach.¹⁶⁷

4.3 Okolnosti zhoršující kyberšikanu

Průběh a negativní dopady určuje více činitelů – osobnost oběti, osobnost pachatele, způsob a forma kyberšikany, ale také sociální okolí oběti. V širším pojetí jsou dopady kyberšikany nejen psychologické, ale také ekonomické, legislativní a společenské.¹⁶⁸

Důvody, které ztěžují řešení kyberšikany a zároveň přispívají ke zhoršení celé situace a charakterizují nebezpečí šikany, jsou:

¹⁶⁵ Srov. KOLÁŘ, M.: *Nová cesta k léčbě šikany*, s. 83 - 84

¹⁶⁶ PRICE, M.; DALGLEISH, J.: *Experiences, impacts and coping strategies as described by Australian young people*, s. 52 [online] In: Youth Studies Australia, Volume 29 Issue 2 (June 2010), [cit. 20. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <https://kidshelpline.com.au/upload/22882.pdf>

¹⁶⁷ Srov. KOLÁŘ, M.: *Bolest šikanování*, s. 99 - 103

¹⁶⁸ Srov. PROCHÁZKA, R.; ŠAMAJ, J.; KOLAŘÍK, M.; LEČBYCH, M.: *Teorie a praxe poradenské psychologie*, s. 119

- *anonymita agresora*
- *nezávislost na místě a čase*
- *dopady na oběť mohou být skryté*¹⁶⁹
- *obětí se může stát kdokoliv*
- *internetové prostředí stírá rozdíl fyzické síly a sociálního postavení ve skupině*
- *vystupňované nebezpečí v případě prolínání s tradiční šikanou*
- *všudypřítomný dosah*
- *oběť nemá chuť (či sílu, odvahu) problém řešit.*¹⁷⁰

Specifickými důvody, prostřednictvím kterých se dopady kyberšikany stávají závažnějšími, jsou:

- *širší publikum, jeho negativní vliv a síla* – veřejná participace na ubližování oběti, kdy se prostřednictvím šíření, sdílení a přidávání komentářů jednotlivci stávají sekundárními agresory,
- *zvýšená hladina invazivity* – tedy skutečnost, že útočník má možnost zasáhnout oběť doma a tam, kde by mělo být bezpečné útočiště.¹⁷¹
- *rozvoj techniky* – čím více prostředků, které jsou dostupnější, tím je větší pravděpodobnost jejich zneužití
- *jednorázový útok* – i ojedinělý útok může způsobit vícečetné škody a zanechat silné negativní psychické následky.
- *prostoupení internetu a souvisejících technologií do každodenního fungování* – internet a moderní komunikační technologie k našemu životu již neodmyslitelně patří a jen těžko si člověk dokáže představit pracovat či trávit volný čas bez internetu. Je proto nutné zkoumat nové formy problémového chování, které se

¹⁶⁹ Srov. GAJDOŠOVÁ, J.: *Zdravotní a psychické následky kyberšikany mezi dětmi a dospívající mládeží* [online]. Publikováno 17. 11. 2011, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpecni.cz/index.php/temata/dali-rizika/355-zdravotni-a-psychicke-nasledky-kyberikany-mezi-dtmi-a-dospivajici-mladei>

¹⁷⁰ Srov. PROCHÁZKA, R.; ŠAMAJ, J.; KOLAŘÍK, M.; LEČBYCH, M.: *Teorie a praxe poradenské psychologie*, s. 119

¹⁷¹ PRICE, M.; DALGLEISH, J.: *Experiences, impacts and coping strategies as described by Australian young people*, s. 52 [online] In: *Youth Studies Australia*, Volume 29 Issue 2 (June 2010), [cit. 20. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <https://kidshelpline.com.au/upload/22882.pdf>

v důsledku užívání vyskytly a nastavit funkční strategie, jak se proti nim bránit.¹⁷²

Slonje a Smith zjistili rozdíly i mezi jednotlivými formami kyberšikany. Zatímco textové zprávy a e-maily mají menší negativní dopad na oběti než tradiční šikana, prostřednictvím telefonátů jsou dopady srovnatelné a mnohem horší dopady mají útoky, ke kterým agresor využívá obrázky, fotografie či videa. Jedná se o převážně psychické dopady, což je také bod, který se odlišuje od tradiční šikany, kde jsou dopady ve větší míře i jiného, než psychického charakteru (například psychosomatické či fyziologické).¹⁷³

4.4 Psychické následky u agresora

Studie provedená Smithem v roce 2008 ve Spojeném Království ukázala, že 25,3 % mladistvých spáchalo jednou či dvakrát kybernetický útok přes internet a 16,6 % pomocí mobilního telefonu za poslední dva měsíce. Podobná data přinesl i výzkum ze Španělska (2010), kdy autoři zjistili, že 44,1 % dospívajících se v posledním roce podílelo na nějaké formě kyberšikany. Studie podle Buelgové a Ponse (2012) ukázala, že celkem 31,4 % španělských dospívajících ve věku 11 – 17 let šikanovalo své vrstevníky během uplynulého roku.¹⁷⁴

Mnoho školních agresorů je mezi spolužáky a vrstevníky populárními a uznávanými. Za pomocí agresivního chování si agresor udržuje pověst mladého rebela. V tomto smyslu bylo zjištěno (Hinduja a Patchin, 2008), že se agresoři podílejí na dalším antisociálním chování. Kyberagresoři se identifikují se skupinou, která podporuje a rozvíjí deviantní chování – násilné a rušivé chování ve škole, vandalismus, trestné činy proti majetku, krádeže, napadání, užívání drog, konflikty s policií. Takové chování vykazuje větší problémy s psychickým stresem než jak tomu je u dospívajících se sociálně adaptivním chováním.

¹⁷²PERREN, S.; DOOLEY, J.; SHAW, T.; CROSS, D.: *Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescent*. [online]. Publikováno: 23. 11. 2010, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3003626/>

¹⁷³ Srov. BLAŽKOVÁ, E.: *Kyberšikana mezi dospívajícími: copingové strategie*, s. 16

¹⁷⁴ BUELGA, S.; IRANZO, B.; CAVA, M.-J.; TORRALBA, E.: *Psychological profile of adolescent cyberbullying aggressors*, [online]. 2015. [cit. 17. 2. 2016]. In: *Revista de Psicología Social*, s. 382 - 406. Dostupné na WWW: <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/21711976.2015.1016754>

Dospívající agresori mají tendenci pociťovat více osamělosti, nižší spokojenost se svým životem, což má spojitost s vnějšími problémy (konzumace drog, agresivní a násilné chování vůči ostatním).

Španělský výzkum, se zaměřil na analýzu psychosociálního profilu agresorů kyberšikany a chtěl ukázat na souvislost mezi kyberšikanou a dalším antisociálním chováním útočníků. V rámci studie vznikly tři typy skupin – ne-agresori (43,6 %), příležitostní agresori (46 %) a častí agresori (10,5 %). Studie potvrdila dřívější informace o propojenosti pohlaví a kyberšikany - mezi příležitostnými agresory převládaly dívky, kdežto častí agresori byli více chlapci.

Častí útočníci kyberšikany vykazovali vysoké skóre antisociálního chování ve škole, nevyhovující pověst v rámci komunity a současně na druhé straně nejnižší skóre životní spokojenosti. Potvrdilo se, že adolescentní agresori jsou zapojeni do velkého počtu problematického chování. Tyto výsledky také podporují myšlenku korelace mezi spokojeností sama se sebou a rizikovým chováním a také naznačují vztah mezi násilným chováním a životní nespokojenosti.¹⁷⁵

Pachatel kyberšikany není klasickým tyranem jako v případě tradiční šikany. Neobjevují se u něj z hlediska sebehodnocení znaky jako agrese, deviace, nedostatek lítosti. Možným důvodem je, že si své agresivní chování neuvědomuje, popírá jej (racionalizuje – „on mě vyprovokoval“). Důsledky jeho chování pro něj často zůstávají neviditelné. Nepřiznává způsobenou škodu, tzv. se schovává za obrazovku počítače.¹⁷⁶

Hlavní nebezpečí kyberšikany představuje pro agresora skutečnost, že může být zdrojem, respektive startem pro rozvoj dalších sociálně patologických jevů – zneužívání látek, výtržnictví a vandalismus (za pomoci natáčení videí, nebo i bez nich), rozvinutí sextingu do patologických forem (dětská prostituce, šíření dětské pornografie) a může vést buď ke vzniku, nebo prohloubení a rozšíření poruch chování (rvačky, tyranizování slabších, krutost ke zvířatům a lidem, závažné ničení majetku, krádeže, lhaní, žhářství,

¹⁷⁵ Srov. BUELGA, S.; IRANZO, B.; CAVA, M.-J.; TORRALBA, E.: *Psychological profile of adolescent cyberbullying aggressors*, [online]. In: *Revista de Psicología Social*, s. 384 - 392. Dostupné na WWW: <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/21711976.2015.1016754>

¹⁷⁶ Srov. CAMPFIELDS, D. C.: *Cyber Bullying and Victimization: Psychosocial Characteristics of Bullies, Victims, and Bully/Victims* [online]. Disertační práce. 2008. [cit. 21. 2. 2016], s. 124 Dostupné na WWW: <http://etd.lib.umt.edu/theses/available/etd-12112008-120806/unrestricted/umi-umt-1107.pdf>

chození za školu, útěky z domova, výbuchy zlosti a jiné), které mohou přerůst v trestné činy a závažným způsobem ovlivnit celý útočnickův život.¹⁷⁷

Jen velmi stručně nastíním problém agrese. Ač je to významný důvod agresorova počínání, sama o sobě není vysvětlením, proč agresor dělá to, co dělá. Mnohdy ani sám pravý důvod nezná a hledá jen zástupné příčiny, aby dal průchod své agresi a frustraci.

Agrese je jednání, které je prováděno se záměrem ublížit nějaké osobě. Jde o projev násilí nebo nepřátelství, o útočnost. Může se jednat o agresi fyzickou, psychickou či emocionální. Příčina zvýšené agresivity u jedince je až z 60 % způsobena dědičnými faktory. Samozřejmě to neplatí absolutně, přesto však je velká pravděpodobnost, že dítě zdědí dispozice k agresi.¹⁷⁸

Agresivní chování je u dětí běžné a normální, důvodem ke znepokojení jsou spíše některé jeho podoby.¹⁷⁹

Kolář hovoří o tom, že předpoklady k šikanování máme v sobě. Případy, kdy je agresor sadistický psychopat, nejsou časté. Většinou jsou agresori mimořádně egoističtí a egocentričtí a tak agrese a krutost, která je v určité míře přítomná v každém člověku, nemá zábrany a může se plně rozvinout. Sobecká a sebestředná orientace vzbuzuje touhu po moci. Agrese není v jedinci kultivována, slouží primitivnímu já. Podle Koláře se nejedná o problém psychopatie, ale o problém morálky a duchovního rozměru člověka. Člověk se rodí jako sebestředná bytost a v průběhu svého vývoje se postupně učí překračovat hranici vlastního já, vysvobodit se z vlastní uzavřenosti a orientovat se na druhé. Iniciátor šikany však jedná pouze s ohledem na sebe sama, je netečný k tomu, co způsobuje druhým. Vyhnul se duchovnímu růstu, a proto jedná antisociálně, neboť je stále uzavřen do sebe. Tato egocentričnost má kořeny v nelásce k sobě samému – agresori mají narušený vztah sami k sobě. Podle Fromma je sobectví opakem lásky a takovýto typ člověka nejen že se nemá rád, on sebou velice pohrdá. Ačkoliv je stále úzkostlivě soustředěn sám na sebe, nemá vnitřní jistotu.¹⁸⁰

¹⁷⁷ Srov. HELLEROVÁ, P.: *Rizikové chování z pedopsychiatrického hlediska*. In: *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*, s. 200

¹⁷⁸ Srov. MARTÍNEK, Z.: *Agresivita a kriminalita školní mládeže*, s. 23

¹⁷⁹ Srov. KOUČKÁ, P.: *Agrese není zlá* [online]. Publikováno: 18. 3. 2014, [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://psychologie.cz/agrese-neni-zla/>

¹⁸⁰ Srov. KOLÁŘ, M.: *Bolest šikanování*, s. 72 - 78

4.4.1 Motivace ke kyberšikaně

- *Nikdo mě nevidí* – intenzivní subjektivní pocit anonymity, který dokáže zcela odstranit pocit obav z odhalení a možného trestu
- *Nikoho nevidím* – uživatelé nedostávají konkrétní zpětnou vazbu na své činy, nevidí všechny důsledky, které mají někoho zranit a to vede k nedostatku empatie a chybnému chápání situace jako neškodné
- *Dělají to všichni*
- *Život online je jen hra* – uživatel si neuvědomuje souvislosti mezi reálným a virtuálním světem
- *Co se stane online, také tak zůstane* – kyberprostor bývá nesprávně vnímán jako uzavřený prostor, ze kterého nemůže nic proniknout do reality
- *To nejsem já, to je má online identita* – odpírání odpovědnosti, rozpor mezi identitou jedince, kterou má v kyberprostoru a kterou má v reálném světě
- *Mám právo dělat na internetu, co chci* – pocit jedince, že si může dělat cokoliv, aniž by bral ohled na druhé a případné negativní důsledky. Toto vnímání podporuje bezohlednost a kruté chování.¹⁸¹

4.5 Psychické následky u oběti

Kyberšikana jakožto forma psychického násilí je škodlivá zejména psychicky a emočně. Ačkoliv může být ze strany oběti popírána závažnost a hovoří „pouze“ o škádlení a obtěžování přes internet, podle výzkumných studií 8 % obětí kyberšikany uvažovalo o sebevraždě, odmítalo chodit do školy či kvůli kyberšikaně onemocnělo.¹⁸²

Anonymita agresora vyvolává u oběti úzkost, protože často neví, od koho útok přichází a nezná ani důvod obtěžování, což je pro psychický stav jedince velká zátěž. I když každý reaguje na agresi jiným způsobem, nevyhne se většina obětí dvěma pocitům – studu a vině. Nejprve přichází stud, vyvolaný samotným obsahem kyberšikany (intimní fotografie, neslušný obsah) nebo z něj plynoucí (co tomu řeknou ostatní, až to uvidí, až se to dozvedí). Poté nastupuje pocit viny, zejména pokud agresor obět' přesvědčí, že důvodem jeho útoku je chování oběti (tj. že si „to zaslouží“). Role se v takových případech zcela obrátí – sužovaná obět' na místo agresora cítí vinu, stahuje příčinu

¹⁸¹ HULANOVÁ, L.: *On-line rizikové chování teenagerů. In: Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*, s. 192 - 193

¹⁸² Srov. PROCHÁZKA, R.; ŠAMAJ, J.; KOLAŘÍK, M.; LEČBYCH, M.: *Teorie a praxe poradenské psychologie*, s. 120

útoku na sebe. Podle psychoanalytiků se jedná o obranný mechanismus. Nic není tak znepokojující, jako zažít bolestnou událost a nevědět, proč k ní došlo, a proto si oběť může vysvětlení vykonstruovat.¹⁸³ Sebeobviňování je mimo jiné nešťastným důsledkem víry ve spravedlivý svět, kterou oběť má - věří, že špatné věci se dějí špatným lidem a nikoliv bez příčiny a těm dobrým.¹⁸⁴

Psychické obtíže, které se mohou u obětí kyberšikany objevit, jsou obdobné. Je potřeba ale říci, že ne všichni uživatelé, kteří se setkají s nějakou formou kyberšikany, se považují za oběť. Do této skupiny patří uživatelé, kteří sice zažili online obtěžování, ale tato událost je příliš netrápí a proto se u nich nevyskytují negativní emoce ani dlouhodobější dopady. Druhá skupina, „pravé“ oběti kyberšikany, jsou uživatelé, které setkání s online útoky opravdu trápí. Lze u nich najít celou řadu negativních dopadů krátkodobého i dlouhodobého charakteru.¹⁸⁵

Krátkodobými dopady jsou myšleny bezprostřední emoční reakce, které oběť cítila při útoku. Nejčastější reakcí na chování agresora byl vztek, následoval pocit bezmoci (pramenící z možnosti agresora zastihnout oběť kdykoliv a kdekoliv), dále pocit smutku, strach, stud a bezradnost.¹⁸⁶

Dlouhodobé dopady lze rozdělit na fyzické, emoční a dopady na chování oběti.¹⁸⁷

Mezi konkrétní dopady způsobené kyberšikanou patří:

- tenze, strach, stres
- pokles sebehodnocení, sebedůvěry
- depresivní a neurotické potíže
- poruchy spánku
- snížení frustrační tolerance
- pocit neřešitelnosti situace, ztráta životní pohody
- zkratkovité jednání, riziko sebevražedného jednání
- zvyšující se agrese

¹⁸³ Srov. BOURCET, S.; GRAVILLONOVÁ, I.: *Šikana ve škole, na ulici, doma. Jak bránit své dítě...*, s. 29 - 30

¹⁸⁴ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 91

¹⁸⁵ Srov. Tamtéž, s. 86

¹⁸⁶ MACHÁČKOVÁ, H. a kol.: *Online obtěžování a kyberšikana. Zpráva projektu „Copingové strategie kyberšikany u adolescentů“* [online]. 2012, [cit. 16. 2. 2016]. Dostupné na WWW:

http://www.cyberpsychology.eu/team/storage/2012-Machackova-Online_obtezovani_a_kybersikana.pdf

¹⁸⁷ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 86

- celková psychická nestabilita
- trauma a posttraumatická stresová porucha¹⁸⁸
- rozpaky nad zasláným materiálem (jako jsou videa, fotografie, vulgární vyjadřování, neslušné návrhy)
- změny v dosavadních zvycích a chování oběti – vyhýbání se kamarádům, nedůvěra v okolí, nechut se seznamovat
- výskyt zástupných aktivit - konzumace sladkého, věnování se zálibám, zlehčování a zobecňování situace, ale i konzumace alkoholu a drog ve snaze odlehčit závažnou situaci
- dlouhodobé vyčerpání organismu, změny váhy, nechutenství, nevolnost, oslabená imunita
- pokles sebeúcty a sebehodnocení
- zhoršení koncentrace při výuce, pokles školní výkonnosti, ale i záškoláctví a absence ve škole
- pocit ohrožení vlastní bezpečí – kdekoliv a kdykoliv, není se kam schovat. Oběť kyberšikany je dosažitelná po dobu 24 hodin denně.¹⁸⁹
- vyšší zapojení do problémového chování jako je například zvýšená konzumace alkoholu, sklon ke kouření a špatné známky ve škole
- sociální úzkost
- negativní pocity, strach, pocity bezmocnosti, které jsou u obětí kyberšikany silněji spojené s depresivními symptomy než u šikany tradiční.¹⁹⁰

Negativní psychické dopady mohou mít dlouhodobě přetrvávající charakter a často pokračují i v dospělosti a projevují se například zvýšeným užíváním drog či sníženou sociabilitou.

Oběti mají tendenci držet násilí, kterých se na nich útočníci dopouštějí, v tajnosti. Příčinou zatajení může být stud, rozpaky, obavy z další bolesti nebo také tlak vrstevníků, kdy se oběť bojí ukázat svou zranitelnost.¹⁹¹

¹⁸⁸ PROCHÁZKA, R.; ŠAMAJ, J.; KOLAŘÍK, M.; LEČBYCH, M.: *Teorie a praxe poradenské psychologie*, s. 120

¹⁸⁹ Srov. GAJDOŠOVÁ, J.: *Zdravotní a psychické následky kyberšikany mezi dětmi a dospívající mládeží* [online]. Publikováno 17. 11. 2011, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/355-zdravotni-a-psychicke-nasledky-kyberikany-mez-dtmi-a-dospivajici-mladei>

¹⁹⁰ Srov. PERREN, S.; DOOLEY, J.; SHAW, T.; CROSS, D.: *Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescent*. [online]. Publikována 23. 11. 2010, [cit. 20. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3003626/>

Oběť je méně spokojena se svými vrstevnickými vztahy. Má pocit, že k ostatním nezapadá. Pojetí od vrstevníků (*peer self-esteem*) je důležitou součástí celkového sebepojetí a to zvláště v období dospívání, kdy jsou pozitivní vztahy s vrstevníky spojeny s úspěšným formováním identity, sebevědomím a celkovou psychickou pohodou.¹⁹²

Je možné vymezit určité osobnostní charakteristiky, které způsobují větší inklinaci k roli oběti. Jsou jimi nižší respekt mezi vrstevníky, který vedl k nespokojenosti v těchto vztazích; stres, uzavřenost, nižší sebevědomí a sebehodnocení, emoční problémy a problémy s chováním.¹⁹³

Oběti kyberšikan se většinou nechtějí nikomu svěřovat, alespoň z řad dospělých. Minimum adolescentů by se svěřilo rodičům nebo učitelům s tím, že jsou kyberšikanováni. Nechtějí rodiče znepokojovat, nechtějí, aby se dozvěděli určité informace, nevěří příliš ve schopnost dospělých zasáhnout a bojí se, že nebude s jejich údaji a informacemi o nich zacházeno diskrétně. Mezi nejčastější důvody, proč se oběti nesvěří dospělým, patří:

- oběti chtějí situaci vyřešit samy
- přesvědčení, že jim dospělí nebudou rozumět
- pocit bezmoci, protože jejich znalosti ICT mnohdy převyšují znalosti dospělých (*Když nevím já, co mám dělat, jak by to mohli vědět rodiče nebo učitel?*)
- obava, že až se rodičů dozví o problému, omezí jim nebo zakáží přístup na ICT.¹⁹⁴

4.6 Problémové oblasti související s kyberšikanou

4.6.1 Rozchod

V důsledku rozpadu partnerského vztahu se nějaká forma kyberšikan může objevit velmi často. Motivem k takovému chování je skutečnost, že rozchod, velmi těžká životní fáze pro mnohé, není většinou společné rozhodnutí, ale jednostranný akt jednoho z partnerů. Partneři mohou pociťovat zlost, hněv, pocity viny (sebeobviňování),

¹⁹¹ Srov. MCKELLER-KIRCHOFF, A.: *Emotional, Physical, or Cyber: Bullying Hurts* [online]. [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.psychalive.org/emotional-physical-or-cyber-bullying-hurts/>

¹⁹² Srov. CAMPFIELD, D. C.: *Cyber Bullying and Victimization: Psychosocial Characteristics of Bullies, Victims, and Bully/Victims* [online]. 2008. [cit. 21. 2. 2016], s. 103 Dostupné na WWW: <http://etd.lib.umt.edu/theses/available/etd-12112008-120806/unrestricted/umi-umt-1107.pdf>

¹⁹³ Srov. ŠAMAJ, J.: *Kyberšikana jako společenský problém*, s. 53

¹⁹⁴ Srov. ŠMAHAJ, J.: *Kyberšikana jako společenský problém*, s. 52 - 53

smutek, strach a žal a tyto negativní emoce ovlivní jejich chování a proto zveřejní citlivé informace o bývalém partnerovi, ať se jedná o fotografie, videa nebo jiná data.¹⁹⁵ Rozchod působí jako velký stresor, ze kterého pramení úzkost, strach o budoucnost a reakcí na stresovou situaci může být v krajním případě i deprese¹⁹⁶, jejíž následky mohou vést až k sebevraždě či sebevražednému jednání nebo sebepoškozování. Kyberprostor zvětšuje pole působnosti, odkývá intimnosti, které byly určeny pouze pro partnery. Veřejně vystavené zostuzení má zničující dopad a toho si je agresor dobře vědom a právě toho chce dosáhnout - zesměšňování a urážky na sociálních sítích nebo vydírání choulostivými fotografiemi, to je jen několik způsobů, kterak je spojena kyberšikana s rozpadem vztahů. I v České republice se objevují ojedinělé a tragické případy, kdy takový teror končí sebevraždou. V některých případech však nejde jen o rovinu osobní, agresorův čin může být klasifikován jako trestný čin či přestupek.¹⁹⁷

4.6.2 Sociální izolace

Jak jsem již vymežila výše, vrstevnické vztahy podstatným způsobem ovlivňují psychiku jedince a jejich role je velice důležitá. Proto nedostatek vzájemných dobrých vztahů, nedostatek přijetí do skupiny a vzájemná viktimizace (*peer victimisation*) jsou spojovány s pocity osamělosti, sociální nespokojenosti a sociálního stažení. Vyčlenění nebo nedostatečné přijetí do kolektivu může způsobit emocionální a behaviorální symptomy – například je prokázána souvislost mezi vyloučením a odmítnutím vrstevníky a zvýšením depresivních symptomů a zhoršení celkového zájmu o školu.¹⁹⁸

Oběti zažívající nedostatečné přijetí od svých vrstevníků mohou podléhat sociální izolaci a pocitu osamělosti, osamění. Nedostatek zájmu od vrstevníků vede k sociálnímu stažení mladého člověka a pravděpodobně povede k nízkému sebevědomí či k depresi.

¹⁹⁵ Srov. BOROVEC, J.: *Jak přežít rozchod s partnerem?* In: životní-poradna.cz. Publikováno 14. 12. 2010, [cit. 18. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.zivotni-poradna.cz/clanky/Jak-prezit-rozchod.php>

¹⁹⁶ Srov. KRULOVÁ, V.: *Rozchod s partnerem a jeho prožívání v období adolescence*, s. 24 - 26

¹⁹⁷ Srov. STUHLÍKOVÁ, L.: *Nahé fotky, vydírání. V Česku se rozmáhá kyberšikana* [online]. Publikováno 2. 1. 2015, [cit. 18. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://zpravy.aktualne.cz/domaci/nahe-fotky-vydirani-kybersikana-se-rozmaha-i-v-cesku/r~63bee80485fd11e4bdad0025900fea04/>

¹⁹⁸ Srov. PERREN, S.; DOOLEY, J.; SHAW, T.; CROSS, D.: *Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescent*. [online]. Publikována 23. 11. 2010, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3003626/>

Zahraniční i české studie ukazují korelaci mezi šikanou a kyberšikanou. Mnoho obětí kyberšikany je zároveň obětí šikany tradiční (tzv. *double whammy*).¹⁹⁹ Psychické dopady takové oběti pocítují dvakrát, zažívají hlubší a silnější negativní pocity, které mohou vyústit do poškození sebeúcty, snížení školního prospěchu a celkové psychické pohody. Schenk a Fremouw zjistili, že oběti kyberšikany zažívají více deprese, úzkosti, panické úzkosti a paranoi.²⁰⁰

4.6.3 Tělesné změny

Tělesná proměna je významným signálem dospívání. Vlastní zevnějšek je součástí identity, kterou dospívající intenzivně prožívá. Zásadní a výrazná proměna těla může dokonce v krajním případě způsobit pocit ohrožení integrity vlastní osobnosti a vést ke ztrátě sebejistoty (například akné, příbrání na váze, sekundární pohlavní znaky). Subjektivní význam tělesných změn je úzce provázán s psychikou jedince a také s jeho představou o atraktivnosti, který je v dnešní společnosti předáván – kult mládí a fyzické krásy. Pokud tělesný vzhled dospívajícího odpovídá aktuálnímu ideálu, slouží mu jako opora sebevědomí. V opačném případě může mít dospívající malou sebedůvěru, pocit méněcennosti, nižší sebehodnocení nebo zažívá tuto skutečnost jako pocit nespravedlnosti. Dospívající začne vnímat svůj zevnějšek jako způsob, kterým se na první pohled reprezentuje a podle kterého jej ostatní mohou posoudit. Mnozí dospívající, především dívky, provází pochybnosti o jejich vzhledu a na čas se může zevnějšek stát nejdůležitější věcí, kterou je třeba se zabývat. Mezi vrstevníky se vytvoří jakýsi standart atraktivity, jež slouží ke srovnávání a určuje ideální a žádanou úpravu zevnějšku. Vlastní tělo moc změnit nejde a tak se dospívající přizpůsobují požadavkům skupiny skrz účes a oblečení.²⁰¹

Tělesné změny, respektive jakákoliv odlišnost od většinové skupiny, ať ve vzhledu nebo chování, může být impulsem ke vzniku obtěžování. Zejména obtěžující zprávy, vulgární a nevhodné návrhy mohou doprovázet vývoj sekundárních pohlavních znaků. Řada dospívajících je také nutně ovlivněna současným společenským klimatem, kdy je ženské tělo předváděno jako to nejdůležitější na ženě (zejména sexistické reklamy).

¹⁹⁹ Srov. CAMPFIELD, D. C.: *Cyber bullying and victimization: psychosocial characteristics of bullies, victims, nad bully/victim* [online]. 2008. [cit. 22. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://etd.lib.umt.edu/theses/available/etd-12112008-120806/unrestricted/umi-umt-1107.pdf>

²⁰⁰ Srov. COWIE, H.: *Cyberbullying and its impact on young people's emotional health and well-being* [online]. Publikováno: 1. 5. 2013, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://pb.rcpsych.org/content/37/5/167>

²⁰¹ Srov. VÁGNEROVÁ, M: *Vývojová psychologie*, s. 326 - 328

Také hudební průmysl (hudební klipy) oblíbených interpretů jsou doslova přeplněny mladými ženami s dokonalými těly, které si užívají šťastný život. Modelky, moderátorky, zpěvačky, herečky – všechny tyto potencionální vzory pro mladé dívky z valné většiny představují ideál krásy a štíhlosti jako nutný předpoklad pro úspěšný život. Pokud je v médiích prezentován takovýto způsob zaujímání pozornosti, je logické předpokládat, že tyto způsoby budou někteří dospívající přejímat. V posledních letech se také pořizování intimních a vyzývavých fotografií stává součástí virtuální identity dospívajících. V médiích se objevilo několik kauz, kdy se takové snímky dostaly na veřejnost. Snahou těch, kteří takové materiály pořizují, je zaujmout, poukázat na sebe, zviditelnit se – je to způsob sebe prezentace, který zaručeně přitáhne pozornost. To, co si dospívající neuvědomují, je snadný způsob zneužití těchto materiálů proti nim. Vystavování intimních fotografií na sociálních sítích, přeposílání mezi uživateli nebo natáčení intimních videí – to vše může být zneužito, s tragickými dopady. Jakmile se materiál jednou objeví na internetu, těžko se z něj stahuje, a i když se to podaří, není to konec – existuje vysoká pravděpodobnost, že si materiál některý uživatel stáhl do svého počítače a může jej neomezeně šířit dál.²⁰²

4.6.4 Nové problémové chování

- *Kyberstalking* – zahrnuje opakované použití internetu (e-mailu, sociálních sítí) a jiných elektronických komunikačních médií k pronásledování jiné osoby. Může být doprovázeno taktéž pronásledováním fyzickým. Bývá projevem poruchy chování, antisociální poruchy osobnosti, nebo jiných formy psychopatologie. Problematika kyberstalkingu a stalkingu je právně upravena v § 354 zákona č. 40/2009 Sb. trestního zákoníku jako nebezpečné pronásledování. Oběti kyberstalkingu jsou náchylnější k rozvoji řady psychiatrických poruch a poruch chování, včetně depresí, sebevražedných myšlenek a pokusů o sebevraždu.
- *Cybersex* – celá řada internetových zprostředkovatelů nabízí sexuální aktivity, z nichž jsou některé považovány za patologické (agresivní nebo nezákonný obsah – například zapojení dětí). Nebezpečím cybersexu je výskyt rizikových skupin na internetu – což jsou jedinci, kteří jsou sexuálně kompulzivní. Sexuální kompulze bývá charakterizována jako opakované selhání kontroly nutkání

²⁰² Srov. Nebud' obět.: *Sexting. Co je sexting.* [online]. Publikováno: , [cit. 15. 2. 2016]. Dostupný na WWW: . <http://www.nebudobet.cz/?cat=sexting>

zapojit se do sexuálních aktivit prostřednictvím internetu a souvisejících technologií.²⁰³ Sexuální kompulze je chápána jako náchyllost zažívat tzv. sexuální disinhibici – ztrátu zábran, sníženou schopnost ovládat sexuální impulzy. Je spojována s vysoce rizikovým sexuálním chováním.²⁰⁴ Provozování cybersexu může mít negativní psychické důsledky jako je deprese, pocity zoufalství, beznaděje, bezmocnosti, zahanbení, nízká sebeúcta, morální konflikty, rozpory mezi etickými hodnotami a chováním, výčitky svědomí, strach z opuštění, duševní úpadek, časté vztahové problémy (manželské).²⁰⁵

- *další dopady* – mezi další negativní dopady internetu, které mohou způsobit vážné psychické problémy, patří i webové stránky a blogy, které se zabývají poruchami příjmu potravy („pro – ana“ blogy, „pro-mia“ blogy). Tyto blogy, jejichž autorkami jsou mladé dospívající slečny, propagují mentální anorexii a bulimii jakožto součást identity a vlastní svobodnou volbu. Bývají psané ve formě deníku, ve kterém autor/ka sděluje své zkušenosti, rady, tipy a návody a také se tam vyskytuje velké množství obrázků štíhlých dívek (tzv. Thinspiration). Tyto blogy samy o sobě nezpůsobují vznik poruch příjmů potravy, ale u dívek, které mají k anorexii či bulimii sklony, ji mohou pomoci rozvinout.²⁰⁶

4.7 Reakce oběti – copingové strategie

Prvotní rozdělení reakcí na nepříjemnou situaci je na vědomé a nevědomé reakce a také na ty, které přinášejí krátkodobou či dlouhodobou úlevu.

Mezi neuvědomované strategie na psychické úrovni patří tzv. ego-obranné mechanismy, které zavedl v rámci psychoanalýzy Sigmund Freud a dále je rozvedla jeho dcera Anna Freudová.

²⁰³ Srov. STARCEVIC, V.; ABOUJAOUDE, E.: *Cyberchondria, cyberbullying, cybersuicide, cybersex: "new" psychopathologies for the 21st century?* [online]. Publikováno 5. 2. 2015, [cit. 17. 2. 2016] Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4329904/>

²⁰⁴ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A.: *Sexuální kompulze: stinná stránka online sexuálních aktivit* [online prezentace]. [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://ivdmr.fss.muni.cz/> Dostupný na WWW: http://ivdmr.fss.muni.cz/info/storage/Sevcikova_Sexualni_kompulze.pdf

²⁰⁵ Srov. RYDLO, J.: *Psychologické aspekty chatování* [online]. [cit. 17. 2. 2016] . Dostupné na WWW: <http://www.dobromysl.cz/scripts/detail.php?id=638>

²⁰⁶ Srov. BRÁVKOVÁ, M.: *Význam členství v pro-ana komunitách na internetu*, s. 17 - 19

Ego-defenzivní mechanismy jsou automatické obranné reakce, které vystupují v situacích neúspěchu, aby zastřely neúspěch či selhání a udržely tak psychickou rovnováhu. Společným jmenovatelem všech je vytváření sebeklamu, který chrání změnu pozitivního sebehodnocení.²⁰⁷ Mezi obranné mechanismy patří například vytěsnění, potlačení, racionalizace, regrese, projekce a popření. Obranné mechanismy nejsou považovány za plnohodnotné způsoby zvládnání stresových situací, protože pouze vyvolávají iluzi zvládnutí. Nesměřují ke skutečnému řešení zátěžové situace, protože do situace nijak nezasahují, nemění ji a působí v psychice člověka.²⁰⁸

Vhodnými nástroji při řešení zátěžových situací jsou zvládací neboli copingové strategie. Jsou to postupy, které jedinec využívá k vyrovnání se se situacemi, které vnímá jako zátěžové a překračující jeho možnosti. Tyto strategie jsou velmi subjektivní a záleží na osobnostních charakteristikách jedince a možnostem, které člověk v dané zátěžové situaci má k dispozici.²⁰⁹

Nejzákladnější dělení copingových strategií je na strategie:

- a. *produktivní*, které jsou zaměřené na vyřešení problému, na práci a dosahování cílů, na pozitiva a hledání uklidňujícího rozptýlení, trávení času s blízkými přáteli (hledání sociální opory), technické strategie (vypnutí počítače, změna účtu) a ukázání obsahu dospělému.
- b. *neproduktivní*, jež jsou většinou značně pasivní se silným emočním prožitkem, jako je dělání si starostí, ignorování problému, sebeobviňování, absence snahy o zvládnutí situace, bezradnost v podobě pláče či útěku a ponechání si celé záležitosti pro sebe.²¹⁰

Při výzkumu možností zvládnání kyberšikany byly identifikovány následující strategie:

- *vyhýbání se* (vymazání zpráv, účtů, blokování telefonních čísel, blokování nežádoucích kontaktů, ignorování situace)
- *přijetí* (kyberšikana brána jako součást života, něco, čemu se nedá vyhnout či zabránit a tak je potřeba ses tím smířit)
- *ospravedlnění* (hledání důvodu, proč se kyberšikanou nezabývat, shazování agresora)

²⁰⁷ Srov. NAKONEČNÝ, M.: *Psychologie. Přehled základních oborů*, s. 506

²⁰⁸ Srov. RÁČEKOVÁ, Z.: *Zvládací strategie u obětí kyberšikany a jejich účinnost*, s. 20 - 22

²⁰⁹ Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 106

²¹⁰ Srov. BLAŽKOVÁ, E.: *Kyberšikana mezi dospívajícími – copingové strategie*, s. 31

- *vyhledávání podpory v okolí* (svěření se někomu a zapojení dalších lidí do řešení a zvládnání kyberšikany – kamarádi, rodiče, policie)
- *osobní promluva s agresorem* (snaha předejít nepochopení, které způsobilo online prostředí)
- *zabezpečení a zvyšování povědomí o problematice*
- *předstírání ignorace nebo skutečné ignorování problému*
- *oplácení agresorovi stejnou mincí*
- *kognitivní přerámování* (schopnost změnit úhel pohledu - oběť si řekne, že agresor je hloupý a nestojí za trápení)
- *zaměření pozornosti na něco jiného, zástupné aktivity*²¹¹
- *technicky zaměřené strategie* (kontaktování administrátorů, správců serveru, mobilního operátora, blokování agresora, komunikace z jiného účtu)
- *disociace* (oddělení světa online a offline) - zůstávání offline, nepoužívání stránek/programů, kde obtěžování probíhá.²¹²

V rámci projektu „Copingové strategie kyberšikany u adolescentů“, který je zaměřen na zvládnání kyberšikany u dospívajících a probíhal prostřednictvím Institutu výzkumu dětí, mládeže a rodiny na Masarykově univerzitě v Brně byly zjišťovány copingové strategie u obětí kyberšikany v období adolescence (12 – 18 let).

Mezi využívané copingové strategie patřilo:

- *přerámování*
- *svěření se někomu* (kamarád/spolužák, rodiče, sourozenci, partner/ka, učitel/ka);
- *snaha soustředit se na něco jiného*
- *ignorování*
- *smazání agresora z kontaktů, smazání ubližujících zpráv či změna nastavení, aby agresor nemohl oběť kontaktovat*
- *snaha vyřešit situaci s agresorem* (v reálném životě nebo přes internet)
- *vyhýbání se agresorovi* (změna čísla, e-mailu, profilu nebo přezdívky)
- *postoj, že takové věci se na internetu zkrátka dějí*
- *nahlášení administrátorovi*

²¹¹ Srov. ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol.: *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*, s. 134 - 135

²¹² Srov. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL. D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*, s. 108 - 109

- *hledání stránek na internetu, kde by bylo napsáno, jak postupovat.*²¹³

Nejúčinnějšími strategiemi, které vedly k ukončení obtěžování, byly z pohledu dospívajících

- smazání profilu na internetových stránkách, kde k obtěžování došlo,
- změna nastavení (filtrace/zablokování agresora),
- odplata tváří v tvář,
- změna telefonního čísla, e-mailu, uživatelského profilu či přezdívky,
- nevěnování pozornosti tomu, co se stalo.²¹⁴

Z tohoto výzkumu je vidět, že teoreticky vymezené strategie zvládání stresu při ubližování v online prostoru odpovídají zkušenostem, jaké mají dospívající oběti kyberšikany. Přesto je třeba říci, že konkrétní copingová strategie, kterou oběť zvolí, je závislá na věku, na pohlaví, na sociálním zázemí, na osobnostních charakteristikách a také na zkušenostech každé jednotlivé oběti.

Z uvedeného vyplývá, že moderní technologie a internet radikálním způsobem mění nejen společenský prostor a chování lidí, ale také různé formy psychopatologie a související chování. V souvislosti s neustálým vývojem a častějším používáním ICT vyvstávají nové výzvy pro duševní zdraví – jak spravovat množství dostupných informací, aby nedocházelo k zahlcení, vznik nejistot, potlačení nutkání k zapojení do rizikového chování včetně sexuálního, jak odolat pokušení schovat se za masku anonymity. Důležité je podporovat vzdělání ohledně bezpečnosti používání internetu, aby si uživatelé byli vědomi možných rizik a v případě potřeby se naučili nebezpečím se vyhnout či požádat o pomoc. Také je důležité navázat spolupráci s IT odporníky a společně pomoci tomu, aby byl internet bezpečnější.²¹⁵

²¹³ BLAŽKOVÁ, E.: *Kyberšikana mezi dospívajícími: copingové strategie*, s. 55 - 56

²¹⁴ BLAŽKOVÁ, E.: *Kyberšikana mezi dospívajícími: copingové strategie*, s. 58

²¹⁵ Srov. STARCEVIC, V.; ABOUJAOUDE, E.: *Cyberchondria, cyberbullying, cybersuicide, cybersex: "new" psychopathologies for the 21st century?* [online]. Publikováno 5. 2. 2015, [cit. 22. 2. 2016] Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4329904/>

5 KYBERŠIKANA Z POHLEDU DĚTÍ

V zahraniční i České republice již existuje mnoho výzkumů, které se zaměřují na zkušenosti dětí s kyberšikanou. V této kapitole se zaměřím na české výzkumy a vzájemně je propojím a porovnáám, pro přehled ohledně současné situace českých dětí a jejich zkušenostmi a celkovým pohledem na kyberšikanu.

Projekt Minimalizace šikany prováděl v roce 2009 rozsáhlý celorepublikový výzkum ohledně tématu kyberšikany (pod vedením Michala Koláře). Jeho hlavním cílem bylo popsat současnou situaci v oblasti kyberšikany u českých dětí.

Dalším celorepublikovým výzkumem, který proběhl v roce 2012, byl výzkum Nebezpečí elektronické komunikace IV, který byl realizován v rámci projektu E-bezpečí. Jednalo se již o čtvrtý celorepublikový výzkum a zvolila jsem jej kvůli nejaktuálnějším datům, která přinesl.

Další data jsem získala z výzkumných šetření prováděných v rámci závěrečných prací. Zaměřila jsem se na ně, abych porovнала výsledky větších a menších výzkumů a přinesla tak komplexní pohled na danou tematiku.

Vytvořila jsem několik kategorií podle témat otázek, které byly ve výzkumech zkoumány tak, aby vzniklo 11 oblastí, které přinášejí ucelený pohled na zkušenosti dětí. Jisté je, že přispění dětí k tomuto tématu může přinést mnohé podněty k jeho řešení, které dospělí ze svého hlediska nevidí tak zřetelně jako děti a dospívající.

5.1 Setkání s kyberšikanou

Projekt Minimalizace šikany dotazoval děti ve věku 8 – 15 let z celé České republiky. Analýza dat byla uskutečněna na vzorku 1 004 respondentů vybraných na základě kvótního výběru, který reprezentuje 777 428 českých dětí. Obětí kyberšikany (jednotlivých způsobů obtěžování) bylo 10 %, přičemž 39 % dětí zná tento pojem a ví, co znamená, 15 % si není jisto, zda ví správně, co vlastně znamená a 44 % dětí tento pojem nezná.²¹⁶

²¹⁶ Minimalizace šikany: *Kyberšikana na českých školách*, s. 5 – 6. [online]. 2010, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www3.minimalizacesikany.cz/images/stories/vyzkum2010/vyzkum_tiskovka_web.doc

Celkový počet respondentů ve výzkumu Nebezpečí elektronické komunikace IV čítal 21 372 dotázaných. Podle výsledků výzkumu se s některou z forem/projevů kyberšikany setkala 50,62 % dětí.²¹⁷

Podle výzkumu, který prováděla Trávníková na 504 žácích 2. stupně základních škol, se s kyberšikanou setkala 7 % žáků (64 % dívek, 36 % chlapců), z toho 27 % uvedlo, že obětí kyberšikany byli oni sami.²¹⁸

Šlégrová prováděla kvalitativní výzkum u 15 respondentů (13 dívek, 2 chlapci) ve věku 14 – 18 let, kteří se setkali s kyberšikanou.

5.2 Formy kyberšikany

Podle programu Minimalizace šikany se oběti setkaly s kyberšikanou prostřednictvím mobilního telefonu (lživá, hanlivá SMS zpráva), chatů (ICQ), e-mailů a komunitních sítí (Facebook, Líbímseti). Vzhledem k prudkému rozvoji sociálních sítí zpráva předpokládala, že se počet obětí, kteří se s kyberšikanou setkají jejich prostřednictvím, se bude zvyšovat.²¹⁹

Tento předpoklad, který v roce 2009 výzkumníci vyslovili, byl naplněn, což dokládají pozdější výzkumy, kdy se děti s kyberšikanou setkávají zejména na Facebooku (78 %) a jiných (Ask.fm – 22 %). Nejčastěji se jednalo o zveřejňování upravených či nelichotivých fotografií obětí nebo o různé negativní verbální projevy ve formě nadávek, urážek a výhrůžek. Dívky se s kyberšikanou na sociálních sítích setkaly častěji.²²⁰

Podle výzkumu Nebezpečí elektronické komunikace IV se oběti nejčastěji setkávají s verbálními útoky (33,44 %), obtěžováním pomocí prozvánění (24,08 %), vyhrožováním a zastrasováním (17,38 %), s krádeží identity (10,09 %), vydíráním (7,33 %), ponižováním a ztrapňováním šířením fotografie, videa nebo audia (20,12 %). S průnikem na účet se setkala 32,58 % dotázaných.²²¹

Podle Šlégrové převažovaly dvě formy útoků - verbální (nátlak na udržení kontaktu, výhrůžky, pomluvy, urážky, nadávky, zesměšňování, nevyžádaná náklonost, nepříjemné dotazy) a neverbální (vytvoření falešného profilu oběti, odcizení fotografie, upravování fotografie oběti, vyloučení oběti). Ve dvou případech byla kyberšikana propojena

²¹⁷ KOPECKÝ, K. a kol.: *Nebezpečí elektronické komunikace IV*, s. s. 104, 112

²¹⁸ TRÁVNÍKOVÁ, L.: *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 81

²¹⁹ Minimalizace šikany: *Kyberšikana na českých školách*, s. 4. [online]. 2010, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www3.minimalizacesikany.cz/images/stories/vyzkum2010/vyzkum_tiskovka_web.doc

²²⁰ TRÁVNÍKOVÁ, L.: *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 67

²²¹ KOPECKÝ, K. a kol.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 114

s tradiční šikanou. Zde se k obtěžování připojily útoky sexuální povahy (nátlak na odhalení se, nátlak na poskytnutí sexu za úplatu, odhalování se agresora, popisy vzrušení, onanie, vzkazy se sexuálním obsahem) a také „offline“ projevy při reálném setkání (zesměšňování, pomluvy, urážky, nadávky, pronásledování, sledování, sexuální obtěžování – líbání, osahávání, nucení sledování onanie, pořizování fotografií, orální sex, fyzické násilí).²²²

Ve výzkumu realizovaném Trávníkovou se oběti nejčastěji setkaly s nadávkami, výhrůzkami, posmíváním se a zesměšňováním, ale také se zveřejňováním urážejících či ponižujících fotografií. Jako nejhorší formu kyberšikany označují žáci zveřejňování a posílání různých materiálů nebo informací o nějaké osobě, které obsahují citlivé, soukromé nebo ztrapňující informace, což zahrnuje i předávání soukromých zpráv nebo obrázků. Tuto formu kyberšikany považuje za velmi špatnou 52 % respondentů. Jako nejméně špatná forma kyberšikany je vnímáno napadání uživatelů v diskusních fórech. V porovnání mezi chlapci a dívkami se výsledky ve vnímání různých forem kyberšikany neliší.²²³

Oběti dále zažívaly obtěžování, ztrapňování, vyloučení ze skupiny, vyhrožování, pomlouvání, slovní zastrašování, napsání nepravdivých informací, sliboval dárky či peníze.²²⁴

5.3 Postoj vůči kyberšikaně

Podle výzkumu Minimalizace šikany považuje 69 % dětí kyberšikanu za nebezpečnou, ale osobně se jí příliš nebojí. Celých 70 % dětí, které se s útoky neseťkaly, se domnívá, že se jim něco takového nemůže stát. Velmi znepokojivé je zjištění, že 15 % dětí si myslí, že kyberšikana je jen legrace.²²⁵ Důvodem pro zastávání tohoto názoru může být, jak jsem již uvedla, názor, že život online je jen hra a co se stane v kyberprostoru, tam také zůstane. Myslím si, že zde působí efekt disinhibice a také nemožnost agresorů vidět dopady na oběť. Děti a dospívající také nedokáží plně zhodnotit možná rizika vyplývající z toho, co na internetu dělají.

²²² ŠLÉGROVÁ, V.: *Kyberšikana očima dospívajících*. 2011, s. 58, 62

²²³ TRÁVNÍKOVÁ, L. *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 51 - 52

²²⁴ BUREŠ, L.: *Internetové sociální sítě, pohled na jejich využívání především žáky ZŠ a s tím spojená případná rizika*, s. 55 - 59

²²⁵ Minimalizace šikany: *Kyberšikana na českých školách*, s. 8. [online]. 2010, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www3.minimalizacesikany.cz/images/stories/vyzkum2010/vyzkum_tiskovka_web.doc

Většina žáků druhého stupně základní školy nemá obavy z kyberšikany – 30 % dotázaných se neobává vůbec oproti 16 %, kteří se obávají. I zde je patrný rozdíl ohledně pohlaví – dívky se kyberšikany obávají více než chlapci. Roli v rozpoznání kyberšikany a postupu při setkání s ní hraje velkou měrou zkušenost – ti, kdo znají oběť, jsou větší měrou přesvědčeni o tom, že by kyberšikanu dokázali poznat oproti těm, kteří žádnou oběť neznají.²²⁶

5.4 Prožívané pocity

Pocity, které oběti prožívaly, se dostavovaly v různém pořadí a s různou intenzitou. Zahrnovaly především smutek (lítost, úzkost), strach, stud a pocit viny, nejistotu, bezmoc, vztek, znechucení, nenávisť, ambivalentní pocity.²²⁷ Tyto výsledky odpovídají teorii uváděné v psychických dopadech na emoční prožívání oběti, jak jsem uváděla v předchozí kapitole.

5.5 Obrana proti kyberšikaně

Dle projektu Minimalizace šikany zvolily oběti jako obranu ignorování agresora a odříznutí se od něj (výměna SIM karty, změna e-mailu atd.), následoval kontakt s agresorem, snaha domluvit se, zapojení rodičů do případu, dále útok na agresora (snaha kyberšikanu vrátit), a zapojení školy do řešení případu.²²⁸

Nejčastější obrany proti kyberšikaně podle Šlégrové byly technická obrana (kontaktování administrátorů, blokování agresora – nedostatkem je, že agresor si může okamžitě vytvořit další účet, komunikace z jiného účtu), vyjádření negativních pocitů vůči agresorovi, vyhýbavá reakce (zrušení nebo dočasné neužívání serveru, kde k útokům docházelo, vytvoření si jiného účtu, čekání, až obtěžování skončí, nepřemýšlení nad problémem, nereagování), zástupné aktivity (konzumace sladkého, věnování se zálibám, sportovní aktivity), a využití sociální opory (svěření se přátelům s pozitivní odezvou a pomocí, nesvěření se nikomu).²²⁹ Tato data odpovídají jak teoreticky uváděným copingovým strategiím (vyhýbání se, vyhledávání podpory

²²⁶ TRÁVNÍKOVÁ, L. *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 56 - 57

²²⁷ ŠLÉGROVÁ, V.: *Kyberšikana očima dospívajících*, s. 66 - 69

²²⁸ Minimalizace šikany: *Kyberšikana na českých školách*, s. 6. [online]. 2010, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www3.minimalizacesikany.cz/images/stories/vyzkum2010/vyzkum_tiskovka_web.doc

²²⁹ ŠLÉGROVÁ, V.: *Kyberšikana očima dospívajících*, s. 62 - 74

v okolí, promluva s agresorem, oplácení stejnou mincí), tak i výsledkům zjištěným v rámci projektu Copingové strategie kyberšikany u adolescentů (viz str. 68)

5.6 Využívání sociálních sítí

Mezi nejpoužívanější sociální sítě mezi dospívajícími patří Facebook, Lidé.cz, Google+, Spolužáci.cz, Twitter, Líbímseti.cz a další.²³⁰

Ke stejným závěrům došel i dílčí výzkum, kdy se mezi českými dětmi potvrzuje celosvětový trend největšího používání sociální sítě Facebook (téměř 95 %), dalšími používanými kanály byly server Youtube, česká síť Spolužáci.cz, Líbímseti.cz a Lidé.cz. Jako důvody k používání sociálních sítí dospívající uváděli zábavu, komunikaci, poznávání kamarádů, získávání informací a sdílení dat. Místem používání sociálních sítí je domov, škola – při výuce i o přestávkách a jiné prostředí. Čas na sítích tráví dospívající zejména komunikací s přáteli, hraním her, sledováním mediálních souborů, vytvářením a prohlížením fotoalb, získáváním informací, navazováním kontaktů s cizími lidmi. Někteří respondenti odpovídali, že se na sociálních sítích nudí.²³¹

Na sociálních sítích tráví dospívající nejčastěji 2 – 3 hodiny denně. Čím více času na nich žáci tráví, tím je pravděpodobnější, že se s termínem kyberšikany setkali. Mezi používané sociální sítě patří mimo již uvedené ještě Ask.fm.²³²

5.7 Komunikace s cizími

S neznámými lidmi na internetu komunikuje více než polovina respondentů (53,16 %), což vzhledem k tomu, že internet využívají dospívající k seznámení s novými lidmi, není překvapující. Znepokojující je ovšem fakt, že velké množství dětí (49,19 %) šlo na osobní schůzku s neznámým člověkem, kterého znaly pouze z internetu. Výzkum dále sledoval, zda toto jednání považují děti za riskantní či nebezpečné – komunikaci s cizími považuje za nebezpečnou 57,99 % respondentů a 76,07 % respondentů považuje za nebezpečnou osobní schůzku s lidmi z internetu. Přesto by na osobní schůzku 54,95 % z nich šlo. Navíc o takové schůzce by se 15 % dětí nesvěřilo

²³⁰ KOPECKÝ, K.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 125, 137

²³¹ BUREŠ, L.: *Internetové sociální sítě, pohled na jejich využívání především žáky ZŠ a s tím spojená případná rizika*, s. 55 - 58

²³² TRÁVNÍKOVÁ, L. *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 43, 60

nikomu!²³³ To by v případě, že neznámým člověkem je kybergroomer, mohlo vést k tragickým následkům. Lze se jen dohadovat o důvodech, které vedou děti a dospívající k nesvěřování se o schůzkách s neznámými nikomu. Podle mého názoru se jedná se o oblast, která by měla být při dalších výzkumech blíže prozkoumána.

5.8 Uváděné údaje

Z citlivých osobních údajů podle výzkumu Nebezpečí internetové komunikace sdílí děti nejčastěji jméno a příjmení, email, fotografii obličeje, telefonní číslo, ICQ, Skype či jiné instant messenger, adresu školy a adresu bydliště.²³⁴

Na otázku, zda si žáci myslí, že uvedení pravdivých osobních informací na sociálních sítích, může ohrozit jejich bezpečí, odpovědělo kladně 44,6 %, záporně 39,2 % a že neví 16,2 % dotázaných. Uživatelé velmi často uvádějí pravdivé informace, a pokud lžou, tak nejvíce o věku, adrese a telefonu.²³⁵ Lhaní ohledně věku souvisí nejčastěji se zakládáním účtu na Facebooku, kdy je hranice určena na 13 let. Kopecký zjistil, že 59,3 % dotázaných mladších 13 let má účet na Facebooku.²³⁶

Děvčata o sobě často zveřejňují více údajů než chlapci. Je patrné, že čím více času tráví uživatelé na sociálních sítích, tím více informací o sobě zveřejňují. Většina žáků základních škol nemá obavy ze zneužití zveřejněných údajů. Toho se obává zhruba 40 % žáků, přičemž se opět projevuje rozdíl mezi zkušeností a nezkušeností, protože ti, kteří se někdy setkali s obětí kyberšikany mají větší obavy ze zneužití zveřejněných údajů, než žáci, kteří žádnou oběť kyberšikany neznají.²³⁷

5.9 Svěření se s problémy

Z projektu Minimalizace šikany vyplynulo, že 40 % obětí se svěřuje kamarádům, 37 % nikomu – nechávají si to pro sebe, řeší si to sami, 31 % rodičům a pouze 8 % učitelům.²³⁸ Malou důvěru žáků v učitele potvrzuje i dílčí výzkum, při kterém by se učitelům nesvěřil nikdo.²³⁹

²³³ KOPECKÝ, K.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 130

²³⁴ KOPECKÝ, K.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 133 - 134

²³⁵ BUREŠ, L.: *Internetové sociální sítě, pohled na jejich využívání především žáky ZŠ a s tím spojená případná rizika*, s. 57

²³⁶ KOPECKÝ, K.: *Výzkumná zpráva České děti a Facebook 2015*, s. 8

²³⁷ Srov. TRÁVNÍKOVÁ, L. *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 55, 66

²³⁸ Minimalizace šikany: *Kyberšikana na českých školách*, s. 6. [online]. 2010, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www3.minimalizacesikany.cz/images/stories/vyzkum2010/vyzkum_tiskovka_web.doc

²³⁹ KUJAL, M.: *Kyberšikana na druhém stupni základní školy*, s. 57

Rozdílné výsledky byly zjištěny v rámci Nebezpečí internetové komunikace IV, kdy by se na rodiče i učitele obrátily děti v případech vydírání a vyhrožování nebo zastrašování.²⁴⁰

Podle Trávníkové by se nejvíce žáků svěřilo rodičům (63 %) nebo kamarádům (50 %). Tyto výsledky se liší od toho, co zjistil *Slonje & Smith*. Ve výzkumu, který provedli, se ukázalo, že rodičům by se svěřilo jen 8,9 % žáků a kamarádům 37,5 % žáků. Z výsledků dotazníkového šetření vyplynulo, že někteří žáci mají důvěru ve své učitele. S kyberšikanou by se učiteli svěřilo totiž 11 % žáků.

Z těchto poznatků lze vyvodit, že to, komu se dítě s kyberšikanou svěří, záleží na vzájemném vztahu s dotyčným. Pokud je ve školní třídě dobré klima a žák má v učitele důvěru, spíše se mu svěří nežli v případě, že důvěru nemá. Také co se týče svěřením se rodičům, platí teze o důvěře, ale roli zde hraje i věk – rodičům se spíše svěří se svými problémy mladší děti. Žáci devátého ročníku, se většinou svěřují kamarádům (62 %). Z výsledků výzkumů je vidět také poměrně vysoké procentu dětí, které by se nesvěřilo nikomu. Je potřeba o problematice kyberšikany více mluvit, aby případně oběti věděly, kam se mohou obrátit pro pomoc. Důvodem, proč se žáci, kteří se s kyberšikanou setkají, neobrací na učitele, může být i fakt, že sami učitelé často nevědí, jak s tímto problémem naložit, což potvrdila i studie, kterou provedl *Li* (2008).²⁴¹

5.10 Následky – dopady

Mezi možné následky vyplývající z výzkumů patří změny chování online (vytvoření kognitivního vzorce pro rozpoznání agresora, omezení rizikových virtuálních kanálů, obezřetnější přístup, omezení či zrušení navazování nových kontaktů online, přesvědčení, že rodiče by měli prohlížet dětem online konverzace), přetrvávající negativní pocity způsobené obtěžováním, nedůvěra, snížené sebevědomí, noční můry, sociální izolace, sebepoškozování a fyzické projevy (agrese, přibrání na váze). Jsou i oběti, které uvádějí, že žádné negativní či dlouhodobé dopady na sobě nepocíťovaly.²⁴² Tyto výsledky souvisejí s tím, co jsem uvedla v podkapitole 4.5.

²⁴⁰ KOPECKÝ, K.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 119

²⁴¹ TRÁVNÍKOVÁ, L. *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 82

²⁴² ŠLÉGROVÁ, V.: *Kyberšikana očima dospívajících*. Bakalářská práce. 2011, s. 77 - 78

5.11 Rodiče

Rodiče zastávají v rámci kyberšikany důležité místo, které by mělo mít především preventivní a kontrolní funkci. Z literatury a praxe je však vidět, že ne vždy rodiče tuto svou úlohu plní. Souvisí to mimo jiné s tím, že děti jsou schopnější v používání nových technologií. Rodič, který není obeznámen s funkcemi, logicky nemůže předat svým dělat informace o fungování, rizicích a bezpečnosti ohledně používání daného zařízení.²⁴³

Kontrola ze strany rodičů má tendenci probíhat z hlediska času tráveného na internetu a již méně z hlediska vykonávaných aktivit a navštěvovaných stránek. U žáků používajících sociální sítě, se 69 % rodičů zajímá o to, kolik času stráví denně na internetu. O aktivity a navštěvované stránky se zajímá jen 42 % rodičů žáků. Lze najít rozdíl ohledně věku i pohlaví – o to, kolik času tráví na internetu, se zajímají více rodiče dívek než rodiče chlapců (60 % versus 40 %). U dívek také rodiče více sledují, které internetové stránky navštěvují. Co se týče věku, sledující rodiče čas trávený na internetu u 20 % žáků šestých tříd, 29 % žáků sedmých a osmých tříd a 22 % žáků devátých tříd. Z těchto rodičů však pouze zhruba 20 % z nich zajímá, které stránky jejich dítě navštěvuje a co na internetu dělá. Rodiče většiny žáků souhlasí s tím, že jejich děti mají vytvořený profil na sociálních sítích a používají je.²⁴⁴

Děti, které mohou být na počítači bez dozoru dospělých, na něm tráví více času, což je ještě prodlouženo, pokud mají děti počítač ve svém pokoji. Nezáměr ze strany rodičů nejen s ohledem na čas, ale také na aktivity, může děti ohrozit nejen tím, že se mohou snáze stát obětí kyberšikany, navíc mohou snáze sklouznout do závislosti na počítači. Děti mají tendenci hledat na internetu to, co jim schází v reálném životě – ať jsou to kamarádi, emoční podněty nebo zážitky.²⁴⁵ Virtuální svět, se svými nepřehlednými možnostmi, nabízí tolik lákavého, že pokud neexistuje instance v podobě rodičů či kamarádů nebo zájmů, která by děti udržela v reálném světě, je velká pravděpodobnost, že dítě kyberprostor vtáhne, zejména pokud je pro něj reálný svět neuspokojivý či bolestivý.

Rodiče, kteří pojem kyberšikana znají a ví, jaká rizika mohou v souvislosti s používáním internetu nastat, seznámili své děti s pravidly bezpečného používání internetu. Také nastavují dětem pravidla chování, která platí jak v reálném, tak v online

²⁴³ Srov. KRČMÁŘOVÁ, B.: *Děti a internet. In: Děti a jejich problémy III*, s. 18

²⁴⁴ TRÁVNÍKOVÁ, L. *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*, s. 62 - 63

²⁴⁵ KOLÁŘOVÁ, I.: *Kyberšikana, její formy a souvislosti*, s. 56

světě. Nelze samozřejmě očekávat, že všechna pravidla daná rodiči budou děti beze zbytku dodržovat, ale jejich znalost dává šanci vyhnout se nástrahám internetu.²⁴⁶

Je velmi důležité, aby dítě vědělo, kam se může v případě vzniklých problémů obrátit. Pokud nemá z jakéhokoliv důvodu důvěru v rodiče, pak by mělo vědět o dalších institucích, které může využít (škola či internetové poradny).

²⁴⁶ KOLÁŘOVÁ, I.: *Kyberšikana, její formy a souvislosti*, s. 60

6 MOŽNOSTI ŘEŠENÍ

V kyberprostoru není možné předpovědět, kdo se stane obětí kyberšikany. Neexistují žádné záruky, žádné stoprocentní návody, jak by se uživatel mohl uchránit. Existují však pravidla, která dělají užívání internetu bezpečnější a riziko útoku snižují. Každý uživatel by je měl znát a zároveň se jimi řídit. Obecně se dá říci, že pravidla chování mezi uživateli na internetu by měla být stejná jako v reálném životě. Patří mezi ně:

- *respekt, ohled a tolerance k ostatním uživatelům*
- *každý by si měl dobře rozmyslet, co a komu odesílá* – některé materiály se rychle rozšíří a nelze dohledat, u kolika uživatelů skončily a k čemu je použijí, navíc mohou zůstat na internetu dlouhou dobu
- *respekt k soukromí druhých*
- *nikdy nesdělovat neznámému uživateli své citlivé osobní údaje* - důležité je také si uvědomit propojení sítí (Facebook, e-mail, diskuzní fóra, atd.), ze kterých lze poskládat celkový profil uživatele
- *seznámit se s riziky, které souvisí s elektronickou komunikací*
- *nebýt pasivní k ostatním* – pokud sám uživatel není obětí kyberšikany, tím, že přihlíží počínání agresora, se stává účastníkem kyberšikany a někdy také sekundárním útočníkem, pokud ubližování oběti podporuje, pozitivně komentuje či šíří dál. Je zapotřebí dát jasný signál, že kyberšikana je špatná a pomoci oběti v její nelehké situaci.²⁴⁷
- *udržovat svá hesla v tajnosti*
- *nedomlouvat si schůzku s uživatelem známým pouze přes internet, aniž by o tom někdo věděl* - vždy je dobré to někomu říci – rodičům, kamarádům, sourozencům...
- *svěřit se někomu s obsahem na internetu, který uvedl uživatele do rozpaků nebo jej vyděsil*
- *chránit se před viry, neotvírat přílohy zpráv, které byly poslány z neznámé adresy*

²⁴⁷ Srov. E-bezpečí: *Jak se chránit před kyberšikanou a jak se bránit kyberútočníkům* [online]. Publikováno: 22. 5. 2009, [cit. 29. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/102-27>

– *nevěřit všem informacím, které jsou na internetu.*²⁴⁸

Následující kroky popisují, co by oběť měla určitě udělat, pokud se setká s útokem. Mohou zmírnit nepříznivé dopady a zamezit dalším útokům:

1. *Ukončit komunikaci* – neodpovídat útočníkovi, nesnažit se ho odrazit, nevyhrožovat a neoplácet mu. Nezájem může vést k ukončení útoků, neboť pasivita oběti není to, čeho chce agresor dosáhnout.
2. *Blokovat útočníka* – zamezit mu v přístupu na účet. Řada sociálních sítí i jiných služeb už toto službu má, stačí přidat daný kontakt („Blokování“, „Ignore list“)
3. *Oznámit útok* – nikdy není dobré zůstat na řešení problému sám. I přes nepříjemné pocity, strach či obavy je velmi potřebné, aby se oběť svěřila (nejlépe někomu dospělému – rodičům, učitelům, odborníkům)
4. *Uchovávat důkazy* – vše co by mohlo usvědčit agresora o tom, co oběti prováděl (SMS zprávy, e-maily, zprávy z chatu, odkazy na webové stránky s problematickým obsahem atd.).²⁴⁹

Řešení každého případu je individuální podle věku dítěte, formy kyberšikany a dalších souvislostí. Důležité jsou však dva výchozí body, které pomáhají řešení kyberšikany ulehčit. Prvním z nich je znalost bezpečného chování při využívání ICT, tedy i kroků, které je potřeba podniknout při setkání s útokem. Druhý, neméně důležitý, je aby dítě vědělo, na koho se může v případě potřeby obrátit a aby mělo v tyto lidi důvěru. Na té je potřeba pracovat nejen na úrovni kamarádských vztahů, ale především v rodině a také ve škole, kde příjemné a důvěryhodné třídní klima může vytvořit podmínky, jak předcházet či účinně řešit problémové situace.²⁵⁰

6.1 Prevence

Nejlepším řešením všech problémů je předcházet jejich vzniku. O to se snaží prevence. Jedná se o *soubor opatření zaměřených na předcházení nežádoucích jevů, zejména onemocnění, poškození a sociálně patologických jevů.*²⁵¹

²⁴⁸ Srov. Člověk v tísní. *Kyberšikana a její prevence*, s. 43

²⁴⁹ Srov. E-bezpečí: *Jak se chránit před kyberšikanou a jak se bránit kyberútočníkům* [online]. Publikováno: 22. 5. 2009, [cit. 29. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/102-27>

²⁵⁰ Srov. ROGERS, V.: *Kyberšikana. Pracovní materiály pro učitele, žáky i studenty*, s. 18

²⁵¹ PRŮCHA, J.; WALTEROVÁ, E.; MAREŠ, J.: *Pedagogický slovník*, s. 107

Podle Hinduji a Patchina existují dva základní problémy, proč je obtížné kyberšikaně zabránit. Zaprvé, ač je tento problém znám již několik let, stále je mnoho lidí, kteří nevidí, jaké škody kyberšikana způsobuje. Někteří ji odmítají, jiní přehlížejí s tvrzením, že existují vážnější formy agrese, kterých je třeba se obávat. Je však potřeba připustit, že od strany dospělých, rodičů, učitelů i práva, že kyberšikana je závažný problém a pokud bude ignorován, dojde k jeho zhoršení. Zadruhé, nikdo není ochoten převzít zodpovědnost za nevhodné používání technologií. Rodiče argumentují, že nemají dostatečné technické znalosti k tomu, aby dítě poučili a že by děti měla poučit škola v rámci vyučování. Pedagogové mají dostatek práce ve škole a nevědí, jak a zda by měli zasahovat do problému, který se sice studentů týká, ale probíhá z větší části mimo školu. Z hlediska práva je problematické podat jasný důkaz o provedení trestného činu. Neřešený problém má však tendenci se zhoršovat. Proto je potřeba vytvořit prostředí spolupráce, ve kterém děti budou mluvit s dospělými o těchto problémech a budou věřit, že jim pomohou vyřešit situaci.²⁵²

Prevence je dělena podle míry rozvití rizikového chování na primární, sekundární a terciární.

Podstatou **primární prevence** je zejména předcházení vzniku rizikového chování. Základním principem je výchova k předcházení a minimalizaci rizikových projevů chování, ke zdravému životnímu stylu, k rozvoji pozitivního sociálního chování a psychosociálních dovedností a zvládání zátěžových situací. Zabývá se oblastí agrese (šikana, kyberšikana, násilí, extremismus, rasismus, vandalismus), záškoláctví, závislostního chování, rizikového chování v oblasti sportů, dopravy a sexu, negativního působení sekt a poruch příjmu potravy.²⁵³

Primární prevence je dělena na specifickou (zaměřuje se na konkrétní projevy rizikového chování a pracuje se skupinami, které by mohly být ohroženy) a nespecifickou (především různé volnočasové aktivity).²⁵⁴

Specifická primární prevence je rozdělena na tři úrovně:

1. všeobecná primární prevence, která se zaměřuje na určitou oblast (např. šikana či kyberšikana) a je určená celé populaci (např. školní třídě, rodičům,

²⁵² Srov. HINDUJA, S.; PATCHIN, J. W.: *Cyberbullying Identification, Prevention, and Response*. [online]. In: <http://cyberbullying.org/>. Publikováno: říjen 2014, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupný na WWW: <http://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response.pdf>

²⁵³ Srov. Prevence rizikového chování: *Základní princip primární prevence* [online]. [cit. 1. 3. 2016] Dostupné na WWW: <http://www.prevence-info.cz/p-prevence/zakladni-princip-primarni-prevence>

²⁵⁴ Srov. KOBOSILOVÁ, S.: *Posilování vztahů ve třídě jako prevence rizikových projevů chování*, s. 9

pedagogům). Zahrnuje dlouhodobé kontinuální programy primární prevence, které jsou realizovány na školách pod dohledem školního metodika prevence.²⁵⁵

2. selektivní primární prevence je zaměřena na rizikové skupiny osob, u nichž je vyšší míra ohrožení vzniku rizikového chování podmíněna mírou ohrožení, než biologickými, psychologickými, sociálními a environmentálními faktory (např. děti alkoholiků, studenti, kteří nedokončili školu, atd.).²⁵⁶
3. indikovaná primární prevence – se zaměřuje více na ohroženého jedince, u kterého je zvýšené riziko výskytu či již počínající projevy rizikového chování. Snahou je podchytit problém co nejdříve, správně posoudit a vyhodnotit potřebnost specifických intervencí a neprodleně tyto intervence zahájit. Jejím cílem je pozitivně ovlivnit vzorce rizikového chování.²⁵⁷

Sekundární prevence se zaměřuje na jednotlivce a skupiny ohrožené sociálně-patologickou činností. Vykonávání sekundární prevence je v kompetenci psychologických, zdravotnických, sociálních a edukačních zařízení jako jsou poradny, linky důvěry apod.²⁵⁸ Na sekundární prevenci se specializují zejména střediska výchovné péče pro děti a mládež či nízkoprahová kontaktní centra, která vykonávají mimo jiné terénní sociální práci, různé programy v přírodě, spolupracují s dobrovolníky na programech jako je např. program PětP, projekt LATA nebo resocializačních programech pro děti a mládež.²⁵⁹

Cílem **terciární prevence** je zabránit prohlubování rizikového chování a rozšiřování o další, přidružené, sociálně patologické jevy. Snaží se předejít trvalému fyzickému, psychickému i sociálnímu poškození osobnosti a také podniká kroky k zabránění recidivy. Terciární prevence je v kompetenci odborníků z oblasti školství, zdravotnictví, psychologické a sociální péče apod.²⁶⁰

²⁵⁵ Srov. Prevence rizikového chování: *Základní princip primární prevence* [online] In: [prevence-info.cz](http://www.prevence-info.cz). Dostupné na WWW: <http://www.prevence-info.cz/p-prevence/zakladni-princip-primarni-prevence>

²⁵⁶ Srov. Prevence rizikového chování: *Selektivní primární prevence* [online]. [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.prevence-info.cz/p-prevence/selektivni-primarni-prevence>

²⁵⁷ Srov. NEVORALOVÁ, M.: *Prevence rizikového chování* [online]. Publikováno: 7. 1. 2014, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/70/4538/Prevence-rizikoveho-chovani>

²⁵⁸ KUNÁK, S.: *Vybrané možnosti primárním prevencí negativních vplyvov na deti a mládež*, s. 35.

²⁵⁹ Srov. MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A.: *Mládež a delikvence*, s. 198 - 210.

²⁶⁰ Srov. KOBOSILOVÁ, S.: *Posilování vztahů ve třídě jako prevence rizikových projevů chování*, s. 11

Odborná léčba probíhá ve spolupráci s dětmi, ale i rodiči a odborníky. Pomoc poskytují centra krizové intervence, linky důvěry, manželské nebo rodinné poradny, psychiatři, psychoterapeuti a další.²⁶¹

6.2 Role sociálního pracovníka

Jelikož je kyberšikana komplexní problém, při jeho řešení a prevenci je zapotřebí multidisciplinární spolupráce, která zahrnuje v první řadě rodinu, školu a širší sociální prostředí, do kterého se řadí i různí odborníci. Jedním z nich se stává také sociální pracovník.

Záleží samozřejmě na způsobu, jakým se sociální pracovník k oběti či agresorovi dostane a zda je kyberšikana majoritní nebo přidružený problém. Do řešení či prevence kyberšikany se může zapojit pomocí:

- a) programů primární prevence – jako lektor programů (s potřebnými vzdělávacími kurzy v oblasti primární prevence) může přímo působit v oblasti problematiky šikany a kyberšikany, kyberkriminality (a mnohých dalších oblastí) na třídní kolektiv odpovídajícího věku. Důležitá je aktivní účast cílové skupiny, aby došlo nejen k předání informací, ale také k zafixování či změně postojů a chování, které mohou účinně přispět ke snížení rizikového chování.²⁶²
- b) krizového centra, střediska výchovné péče, orgánu sociálně – právní ochrany dětí, které působí v rámci sekundární prevence. Pracovník orgánu sociálně – právní ochrany dětí se v přímé interakci s dítětem či jeho okolím může setkat s výskytem problému kyberšikany, který následně řeší. V krizovém centru a středisku výchovné péče (nebo i diagnostickém ústavu) jsou klienti, kteří již spoluprací s pracovníky OSPOD prošli a mají většinou vážné problémy (vrstevnické vztahy, výchovné problémy, závislosti, poruchy chování atd.) a kyberšikana (např. sexting) je problémem přidruženým, který se odhalí až při spolupráci s dítětem či dospívajícím.²⁶³

²⁶¹ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L.: *Alkohol, drogy a vaše děti. Jak problémům předcházet, jak je rozpoznat, jak je zvládat* [online]. 2003. [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na: <http://www.drnespor.eu/addictcz.html>, s. 48

²⁶² Srov. Adiktologie: *Co v primární prevenci funguje aneb Zásady efektivní prevence* [online]. Publikováno 6. 8. 2012, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/377/3706/Co-v-primarni-prevenci-funguje-aneb-Zasady-efektivni-prevence>

²⁶³ HEJZLAROVÁ, P.: *Sociální práce s dětmi, které sextují*, s. 50

Pracovníci mohou přispět upozorněním na možná nebezpečí, podporou a pomocí v rámci svých kompetencí.

- c) nízkoprahových zařízení pro děti a mládež, která patří do systému nespecifické primární prevence. Pracovníci zde nabízejí možnost smysluplného trávení volného času a podporu zdravého životního stylu, ovlivňují hodnoty a orientaci dětí a mládeže, aby vedly k prevenci sociálně patologických jevů. Pracovníci mohou sloužit jako pozitivní identifikační vzory a jsou podporou pro život dětí i mládeže využívající služeb nízkoprahového zařízení.²⁶⁴ Jedná se o prostředí, kde se vytváří podporující vztah mezi dětmi a pracovníky, kdy se děti mohou obrátit na pracovníky s prosbou o pomoc. Jedním z problémů, se kterými se děti na pracovníky obrátí, může být i kyberšikana.
- d) center na podporu rodiny – zde mohou sociální pracovníci působit preventivně zejména v rámci posilování dobrých a zdravých vztahů v rodině. Velkou výhodou je možnost spolupráce jak s dětmi, tak s rodiči a vedení společných dialogů ohledně problémů. Pracovník pomůže nastavit např. pravidla pro používání internetu. Pokud rodiče nechtějí spolupracovat z důvodu nerozumění technologií, je dobrým krokem zapojení dětí do učení rodičů – posilují se tak vzájemné vztahy a zároveň se zvyšují rodičovské schopnosti v oblasti ICT. Pokud rodiče budou rozumět tomu, co jejich děti používají, je pro ně snadnější zapojit se do této oblasti a také ji efektivně kontrolovat.

Obecná pravidla, která může sociální pracovník doporučit rodičům:

- zajistit bezpečné prostředí (umístění počítače v bytě, nastavení a zabezpečení počítače)
- poučit dítě o aktuálních rizicích (vzhledem k věku dítěte)
- nastavit pravidla bezpečného užívání internetu
- otevřeně s dítětem komunikovat o online světě (zajímat se nejen o to, kolik hodin děti na internetu tráví, ale také o to, na jakých stránkách, čemu se věnují atd.).²⁶⁵

Další oblasti, které souvisí s kyberšikanou a mohou přesahovat do náplně práce sociálního pracovníka, jsou například případy ohrožených žen, oběti domácího násilí

²⁶⁴ Srov. HRUBEŠ, J.: *Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež* [online]. [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.socialni-zaclenovani.cz/nizkoprahova-zarizeni-pro-deti-a-mladez>

²⁶⁵ Srov. KREJČÍ, V.: *Pravidla bezpečného používání internetu pro rodiče* [PDF]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpecni.cz/index.php/tiskove-zpravy/1068-pravidla-rodice>

nebo kyberstalkingu, jedinci či rodiny, které se staly obětí kyberútoku v důsledku kterého se dostaly do finančních problémů (nebo v důsledku placení herních poplatků přes kreditní kartu, které způsobily děti), partnerské či manželské problémy (pořizování citlivých a intimních materiálů proti vůli druhého, vydírání nebo vyhrožování těmito materiály) a mnohé další. Při bližším zaměření se na rozsah problému kyberšikany je vidět, že v mnoha oblastech sociální práce lze její prvky nalézt. Proto je důležité o zásadách bezpečnosti poučovat nejen děti, ale také jejich rodiče a všechny dospělé.

6.3 „Perspektiva“ kyberšikany a její řešení

Kyberšikana je problém, který nabývá na vážnosti a dá se předpokládat, že s dalším rozvojem technologií bude nastolená tendence pokračovat. Zasahuje negativně do života dětí, rodin, pedagogů, třídních kolektivů i celé společnosti jak na úrovni fyzického zdraví, tak zdraví psychického a také v oblasti sociálních interakcí a chování. Aby se tato problematika mohla účinně řešit, je zapotřebí vybudovat efektivní strategie a postupy. Ty mohou vzniknout pouze za spolupráce společnosti, škol, učitelů, rodičů a mladých lidí.

Projekt COST, kterého se účastnilo 28 zemí převážně z Evropy (včetně České republiky) měl za úkol sdílet odborné informace o kyberšikaně a přinést obecná doporučení uplatnitelná při řešení této problematiky. Tato doporučení shledávám velmi podnětná a žádoucí pro zavádění a využívání v praxi a proto některá z nich uvádím.

Co se týče rodičů, kteří mají nezastupitelnou výchovnou a podpůrnou úlohu, je zapotřebí nejen aby děti informovali o rizicích, která informační technologie přináší, ale také aby se sami v tomto ohledu vzdělávali a snižovali „digitální propast“, která mezi generacemi ohledně používání nových technologií vzniká. Pokud mají rodiče děti vést a pomáhat jim, potřebují technologiím porozumět. Samy děti často zastávají názor, že pokud by se s kyberšikanou setkaly, dospělým by se nesvěřily. Jedním z důvodů je strach ze zabavení mobilního telefonu či počítače, na kterém útok proběhl. Proto je potřeba, aby se rodiče seznámili s efektivními způsoby, jak na děti na internetu dohlížet (jak jsem již psala výše, zdaleka nestačí kontrolovat počet hodin strávených u počítače). Role rodičů by měla být zejména preventivní, kdy by měli naučit děti chovat se na internetu tak, aby se snížila rizika vzniku kyberšikany. Rodiče by rozhodně měli sami znát zásady bezpečnosti internetu a předávat je dětem, nastavit hranice při používání internetu (pravidla). Měli by si s dětmi jednoduše povídat – o tom, co je na internetu

baví, jaké stránky navštěvují a vytvářet tak prostředí důvěry a partnerské spolupráce, díky kterému se dítě snáze svěří v situaci, kdy potřebuje pomoc. Děti by také měly vědět, že pokud se stanou obětí kyberšikany, není to nic, za co by se měly stydět či si to klást za vinu. Zejména v období dospívání mohou oběti věřit slovům agresora, což se může negativně odrazit na jejich psychice. Je žádoucí, aby rodiče své děti ujistili, že je to agresor, u kterého je potřeba hledat příčiny problému a nikoliv oběť.²⁶⁶

Při řešení a prevenci kyberšikany je velmi žádoucí, aby se angažovali zejména mladí lidé, tedy ti, kteří patří do generace „Always on“, ti, kteří informační a komunikační technologie včetně internetu používají každý den. Pokud děti a dospívající uslyší o prevenci kyberšikany z úst svých vrstevníků, lze předpokládat větší angažovanost a zájem.

Reakce a řešení dospělých občas dětem připadají nevhodná nebo neefektivní. V dospívání jim navíc více pomůže projev podpory ze strany vrstevníků, než ze strany rodičů. Ačkoliv řada dětí nerada vidí ubližování spolužákovi či kamarádovi, málokdo zasáhne, přestože ví, že chování agresora je špatné. Je tedy zapotřebí posilovat sebedůvěru dětí, že zvládnou odrazit pachatele a podpořit ty, kdo se staly obětí. Také je nutné u dětí rozvíjet zodpovědnost za svou vlastní bezpečnost na internetu. Měly by být zavedeny programy zvyšující povědomí o kyberšikaně. Ve výuce by také mělo být místo pro pomoc žákům v rozvíjení sociálních dovedností. Zlepšovat schopnosti studentů předcházet kyberšikaně a účinně se s ní vypořádávat pomůže vstřícný vztah s dospělými ve škole.²⁶⁷

Efektivní je také přesunutí odpovědnosti do rukou dospívajících. Takovým programem, kdy se sami dospívající stávají tvůrci preventivních opatření, je v České republice *Web Rangers*. Je to program, který umožní dospívajícím vytvořit vlastní projekt, který šíří zásady internetové bezpečnosti dál pomocí oblíbených kanálů – např. videa na serveru Youtube, která informují zajímavou formou o nebezpečích či plakáty o bezpečných heslech. Web Rangeři tvoří komunitu mladých nadšených lidí, kteří se aktivně zapojují do osvěty o nástrahách internetu a pomáhají rozšiřovat atraktivními způsoby zásady internetové bezpečnosti.²⁶⁸

²⁶⁶ Srov. VÄLIMÄKI, M.; ALMEIDA, A. a kol.: *Doporučení k prevenci kyberšikany ve školním prostředí: přehled a rady*. [online]. 2012, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www.cyberpsychology.eu/team/storage/COST-2012-cyberbullying-Doporučení_k_prevenci_kybersikany_ve_skolnim_prostredi_prehled_a_rady.pdf

²⁶⁷ Srov. Tamtéž

²⁶⁸ Srov. *Webrangers.cz: Pro rodiče* [online]. [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.webrangers.cz/pro-rodice>

Je zapotřebí stanovit efektivní celoškolský postup, který umožní předcházet kyberšikaně, jehož hlavním cílem by mělo být vytvoření pozitivní školní kultury založené na atmosféře podpory, otevřené komunikaci a podpoře pozitivních vztahů. Učitelé by měli se žáky o kyberšikaně mluvit, měli by apelovat na aktivní podporu oběti, pokud se v kolektivu vyskytne a vytvářet takové školní klima, které kyberšikanu netoleruje, např. jasnými a přísnými opatřeními ve školním řádu. Důležitá je také vzájemná spolupráce – nejen se žáky, ale také s jejich rodiči a především mezi zaměstnanci školy. Vedení by mělo případné problémy konzultovat s pedagogy a společně řešit vzniklé potíže. Odmítavý postoj a ignorování problému nic nezmění a nevyřeší. Pro učitele je nutné vytvořit jasné postupy, aby mohli na tento problém účinně reagovat. Pedagogové by měli být vzděláváni a podporováni, aby věděli, jak se zachovat, když se kyberšikana objeví a využívat takové strategie, které se osvědčily. Tyto informace a postupy musí být jasné, důsledné a přesné.

Je zapotřebí, aby všichni zainteresovaní – samotné děti, ale zejména rodiče a učitelé společně s vedením škol, úzce spolupracovali a vypracovávali postupy, které pomohou nejen oběti, ale také agresorovi a ostatním účastníkům kyberšikany. Mediální technologie znamenají velký přínos v rovině sociální i vzdělávací rovině, proto by měli být využívány pozitivně, jako nástroje v boji proti kyberšikaně.²⁶⁹

²⁶⁹ Srov. VÄLIMÄKI, M.; ALMEIDA, A. a kol.: *Doporučení k prevenci kyberšikany ve školním prostředí: přehled a rady*. [online]. 2012, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www.cyberpsychology.eu/team/storage/COST-2012-cyberbullying-Doporučení_k_prevenci_kyberšikany_ve_skolnim_prostredí_přehled_a_rady.pdf

ZÁVĚR

Cílem této práce bylo přinést ucelený pohled na kyberšikanu jakožto nebezpečný fenomén, který prostřednictvím informačních a komunikačních technologií ohrožuje stále větší část populace, zejména dětí a dospívajících, neboť právě oni nejhojněji využívají informační a komunikační technologie, častokrát aniž by si byli vědomi možných rizik a nebezpečí, která práce s těmito médii přináší. Dokládají to výsledky výzkumů, z nichž vyplynulo, že zhruba polovina dětí se s nějakou formou kyberšikany setkala, přičemž asi deset procent v roli oběti. Práce přiblížila celkovou problematiku včetně nástrojů kyberšikany, jejích konkrétních forem, dopadů na psychiku zainteresovaných účastníků a nastínila možnosti řešení s důrazem na prevenci, jakožto nejefektivnějšího způsobu eliminace vzniku kyberšikany. Také byl kladen důraz na pohled dětí a jejich konkrétní zkušenosti s tímto fenoménem, a na rozdílnosti v přístupu dětí a dospělých. Posledním dílčím úkolem práce bylo zmapovat roli sociálního pracovníka v oblasti řešení kyberšikany.

Domnívám se, že cíle práce se mi podařilo naplnit. Charakterizovala jsem aspekty kyberšikany, stejně jako její východiska a nezbytný exkurz do oblasti informačních a komunikačních technologií, které jsem vymezila z hlediska negativ a pozitiv, která práce s nimi může přinášet. Poukázala jsem na odlišnosti mezi šikanou a kyberšikanou, přestože oba jevy spolu úzce souvisejí a bývají provázané. Nejvyužívanějším nástrojem kyberšikany je bezpochyby internet, prostřednictvím kterého jsou využívány další kanály, jako jsou sociální sítě (zejména Facebook), chatovací místnosti, diskuzní fóra, webové stránky, blogy a online hry. Také mobilní telefon se může stát mocnou zbraní, neboť využívá mobilní aplikace (zejména na posílání zpráv zdarma), fotoaparátu, videokamery a připojení na internet. Kyberšikana může mít formu nevyžádaných spamů, poplašných hoaxů, nadávek, vyhrožování, obtěžování, pomlouvání, vyloučení z internetové komunikace či skupin, krádeže internetové identity nebo narušení a zneužití internetového účtu. Samotné děti se nejčastěji setkávají s kyberšikanou prostřednictvím sociálních sítí a to formou zveřejňování nelichotivých fotek, verbálních útoků (urážení, pomlouvání, zesměšňování, vyhrožování), obtěžování pomocí prozvánění, průnikem na účet či krádeží identity. Vážnější projevy kyberšikany již

naplňují skutkovou podstatu trestných činů, zejména sexting, krádeže identity a kybergrooming.

Děti považují kyberšikanu za nebezpečnou, ale osobně se jí příliš nebojí, přičemž významnou roli hraje zkušenost, kdy se kyberšikanou obávají více ti, kteří ji zažili, ale současně jsou přesvědčeni, že by ji dokázali rozpoznat a řešit. Rozdíl v přístupu je dán také pohlavím, neboť dívky jsou nejen více ohrožené, ale také se samy více kyberšikanou obávají.

V souvislosti s aktuálním děním jsem se krátce zmínila o problematice kyberšikanou pedagogů ze strany dětí.

Zabývala jsem se také psychickými změnami v dospívání, které v propojení se světem online vytvářejí specifický prostor pro rozvoj kyberšikanou, jejíž dopady jsou ovlivněny osobností aktérů, konkrétními formami, ale také zkušenostmi a sociálním okolím. Dopady jsem rozlišila na zjevné a skryté, podle doby trvání na krátkodobé a dlouhodobé a také z hlediska aktérů na ty, které se objevují u agresora a u oběti, mezi které patří zejména strach, stres, úzkost, rozpaky, deprese, poruchy spánku, zvyšující se agrese, zhoršení koncentrace a prospěchu ve škole, pocit ohrožení vlastní bezpečí a celková psychická nestabilita. Vymezila jsem problémové situace, související s kyberšikanou jako je rozchod, vrstevnické vztahy a následná sociální izolace, tělesné změny. Poukázala jsem na nebezpečí nového problémového chování v prostředí internetu, kterým je kyberstalking, kybernetická sebevražda či cybersex.

Vyjmenovala jsem copingové strategie, které zejména oběti používají ke zvládnutí zátěžových situací a které se základně dělí na produktivní (vyřešení problému, hledání sociální opory, technické strategie k blokování útoků, svěření se dospělému) a neproduktivní (ignorování problému, sebeobviňování, bezradnost a utajení celé záležitosti). Uvedla jsem ty nejčastěji používané u českých dětí (technická obrana, slovní konfrontaci s agresorem, vyhýbání se agresorovi, vyhledání sociální opory u přátel). S rodiči nebo učiteli by děti řešily až vážnější problémy jako vydírání, vyhrožování a zastrasování. Znepokojující bylo zjištění, že téměř třetina dětí by se nesvěřila nikomu. Považuji proto za velmi důležité o kyberšikaně mluvit nejen z hlediska jejich projevů, ale zejména o možnostech řešení, směrem k dětem, aby věděly, na které instituce a osoby se mohou v případě potřeby obrátit, když mají pocit, že se s problémem nechtějí svěřovat známému dospělému.

Jelikož v kyberprostoru nelze určit, kdo a kdy se stane obětí útoku, kladla jsem důraz na prevenci a zásady bezpečnosti, které by se měly naučit dodržovat nejen děti, ale také

dospělí. Vzhledem k digitální propasti, která mezi generacemi vzniká, je velmi důležité, aby rodiče a dospělí nepodceňovali moc a vliv informačních a komunikačních technologií. Pokud má být kyberšikana řešena, je zapotřebí zásahu a spolupráce dospělých s dětmi, což nebude možné, pokud moderní technologie nebudou dospělí ovládat a nebudou jim rozumět. Při řešení kyberšikany je zapotřebí spolupráce jak dětí, tak učitelů a rodičů, případně dalších odborníků. Rodiče by měli být do prevence a řešení kyberšikany zahrnuti nezbytně, neboť do 18 let nesou právní odpovědnost za své děti a také jsou nositelé hodnot, návyků a postojů a tak mohou právě oni nejučinněji ovlivnit chování dětí na internetu dle zásad bezpečnost. Názory, vyskytující se v některých školách, že kyberšikana se neděje při vyučování a tak nepatří do kompetencí školy, považují za nesprávné. Pedagogové tráví s dětmi velkou část dne, škola je součástí jejich života stejně jako moderní technologie a nikdo nemůže zaručit, že školní počítače používané pro výuky informační technologie nejsou zneužívány pro kyberšikanu. Existuje navíc velké riziko propojení s tradiční šikanou, což již zcela nepochybně záležitost školy je, neboť zde jde o problematické vztahy ve třídě.

Do řešení kyberšikany se zapojuje také sociální pracovník zejména z hlediska prevence, ať v roli lektora programů primární prevence, v rámci sekundární prevence jakožto pracovníka orgánu sociálně – právní ochrany dítěte, krizového centra či střediska výchovné péče nebo také v systému nespecifické primární prevence v nízkoprahových zařízeních pro děti a mládež. S problematikou kyberšikany se může setkat také jako se sekundárním problémem v centrech na podporu rodiny, kde má výhodu možnosti působení na celou rodinu. Sociální pracovník se při své práci nemusí setkat s aktuálními obětmi či agresorem nebo s dětským aktérem kyberšikany, ale napříč jednotlivými cílovými skupinami může narazit i na dospělého klienta, který tuto zkušenost má buď z dětství, nebo ji zažívá v dospělosti – např. ženy ohrožené domácím násilím, uživatelé návykových látek a mnozí další.

Závěrem chci říct, že odhalování a řešení kyberšikany je často obtížné, proto nejlepší možností je klást důraz na prevenci jak dětí, tak rodičů a pedagogů a zvyšovat povědomí veřejnosti o možných rizicích, které se s využíváním informačních a komunikačních technologií pojí. Nejučinnějším způsobem je vzájemná spolupráce všech aktérů s aktivním zapojením dětí jakožto šířitelů prevence ohledně nebezpečí kyberšikany mezi své vrstevníky.

SEZNAM ZDROJŮ

Literatura

1. BAUMAN, S.: *Cyberbullying: what counselors need to know*. Alexandria: American Counseling Association, 2011. 222 s. ISBN 978-1-55620-294-0
2. BOURCET, S., GRAVILLONOVÁ, I.: *Šikana ve škole, na ulici, doma: jak bránit své dítě... Praktický průvodce pro rodiče, pedagogy a vychovatele*. Praha: Albatros, a. s., 2006, 71 s. ISBN 80-00-01552-8
3. ČECH, O.; ZVONÍČKOVÁ, N.: *Nebezpečí kyberšikany. Internet jako zbraň?* České Budějovice, 2015. Nепublikovaný rukopis.
4. ČERNÁ, A., DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A. ŠMAHEL, D.: *Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada Publishing, 2013. 152 s. ISBN 978-80-247-4577-0
5. *Člověk v tísní: Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele*. 2009. Plzeň: Člověk v tísní, o.p.s., 2009. ISBN 978-80-86961-78-1
6. EASTIN, M. S.: *Encyclopedia of media violence*. Los Angeles: Sage Publications, 2013. 434 s. ISBN 978-1-4129-3685-9
7. HINDUJA, S., PATCHIN, J. W. *Bullying beyond the schoolyard: Preventing and responding to cyberbullying*. Second edition. Thousand Oaks: Corwin, 2015. 282 s. ISBN 978-1-4833-4993-0
8. HOLLÁ, K.: *Elektronické šikanovanie: nová forma agresie*. Bratislava: IRIS, 2010. 92 s. ISBN 978-80-89256-58-7
9. HOLLÁ, K.: *Kyberšikana*. Bratislava: IRIS, 2013. 111 s. ISBN 978-80-8153-011-1
10. HULANOVÁ, L.: *Internetová kriminalita páchaná na dětech. Psychologie internetové oběti, pachatele a kriminality*. Praha: Stanislav Juhaňák – Triton, 2012. 217 s. ISBN 978-80-7387-545-9
11. JEDLIČKA, R., KOŤA, J.: *Aktuální problémy výchovy: analýza a prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže*. Praha: Karolinum – nakladatelství Univerzity Karlovy, 1998. 169 s. ISBN 80-7184-555-8.

12. JEDLIČKA, R.: *Výchovné problémy s žáky z pohledu hlubinné psychologie*. Praha: Portál, 2011. 248 s. ISBN 978-80-7367-788-6
13. KABÍČEK, P., CSÉMY, L., HAMANOVÁ, J. a kol.: *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Praha: Stanislav Juhaňák – TRITON, 2014. 343 s. ISBN 978-80-7387-793-4
14. KOLÁŘ, M.: *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. 336 s. ISBN 978-80-7367-871-5
15. KOLÁŘ, M.: *Bolest šikanování*. Praha: Portál, 2001. 256 s. ISB 80-7178-513-X
16. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizika internetové komunikace v teorii a praxi*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. 190 s. ISBN 978-80-244-3595-4
17. KOPECKÝ, K. a kol.: *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. 169 s. ISBN 978-80-244-4868-8
18. KOPECKÝ, K.; SZOTKOWSKI, R.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí internetové komunikace III*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 2012. 60 s. ISBN 978-80-244-3088-1
19. KOWALSKI, M.; LIMBER, S. P., AGATSTON, P. W.: *Cyberbullying: Bullying in the Digital Age*. Second edition. Chichester : Wiley-Blackwell, 2012. 282 s. ISBN 978-1-4443-3481-4.
20. KUNÁK, S.: *Vybrané možnosti primárním prevencie negatívnych vplyvov na deti a mládež*. Bratislava: IRIS, 2007. ISBN 978-80-89256-10-5.
21. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 2. aktualizované vydání. Praha: Grada Publishing, 2006, 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
22. MACEK, P. *Adolescence*. Praha: Portál, 2003. 144 s. ISBN 80-7178-747-7
23. MARTÍNEK, Z.: *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 2. aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. ISBN 978-80-247-5309-6
24. MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A. *Mládež a delikvence*. Vyd. 2., aktualizované Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-771-X.
25. MULLER, M.: *Jak ochránit děti před pornografií na internetu*. Praha: Portál, 2014. 168 s. ISBN 978-80-262-0694-1
26. NAKONEČNÝ, M.: *Psychologie, přehled základních oborů*. Praha: Triton, 2011. 863 s. ISBN 978-80-7387-443-8.

27. PROCHÁZKA, R., ŠMAHAJ, J., KOLAŘÍK, M., LEČBYCH M.: *Teorie a praxe poradenské psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2014, 256 s. ISBN 978-80-247-4451-3
28. PRŮCHA, Jan, E., WALTEROVÁ a J., MAREŠ.: *Pedagogický slovník*. 3.vyd., Praha: Portál, 2001, 322 s. ISBN 80-7178-579-2.
29. PŘÍHODA, V.: *Ontogeneze lidské psychiky*. Vyd. 2. Státní pedagogické nakladatelství, 1967 461 s.
30. PTÁČEK, R.; KUŽELOVÁ, H.: *Vývojová psychologie pro sociální práci*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR, 2013. 64 s. ISBN 978-80-7421-060-0
31. ROGERS, V.: *Kyberšikana. Pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*. Praha: Portál, 2011. 104 s. ISBN 978-80-7367-984-2
32. ŘÍČAN, P.: *Agresivita a šikana mezi dětmi. Jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-049-9
33. SZOTKOWSKI, R.; KOPECKÝ, K.; KREJČÍ, V.: *Nebezpečí internetové komunikace IV*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. 177 s. ISBN 978-80-244-3912-9
34. ŠMAHAJ, J.: *Kyberšikana jako společenský problém*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2014, 232 s. ISBN 978-80-244-4227-3
35. ŠMAHEL, D.: *Psychologie a internet. Děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: TRITON, 2003. 158 s. ISBN 80-7254-360-1
36. VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie I. Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. 467 s. ISBN 80-2460-956-8.
37. VAŇKOVÁ, E.: *Kyberšikana, In: Třídní učitel. Problémy se třídou*. Praha: Nakladatelství Dr. Josef Raabe, 2012. ISBN 978-80-87553-40-4.
38. VAŠUTOVÁ, M. a kol.: *Proměny šikany ve světě nových médií*. Ostrava: Filozofická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě, 2010. 226 s. ISBN 978-80-7368-858-5.
39. WILLARD, N. E.: *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*. 2007. Champaign: Research Press. ISBN 978-0-87822-537-8.

Sborníky

40. Děti a jejich problémy III: sborník studií. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2010. 142 s. ISBN 978-80-254-6840-1
41. Děti a online rizika: sborník studií. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. 178 s. ISBN 978-80-904920-2-8

Periodika

42. Panáček, M., Žiaková, E.: Kyberšikana – závažný sociálně patologický jev v současné populaci dospívajících v České republice a na Slovensku. *Sociální práce/sociálna práca*, 2008, roč. 14, č. 1, s. 79 – 97

Internetové zdroje

43. ADIKTOLOGIE: *Co v primární prevenci funguje aneb Zásady efektivní prevence* [online]. Publikováno 6. 8. 2012, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/377/3706/Co-v-primarni-prevenci-funguje-aneb-Zasady-efektivni-prevence>
44. ARABADŽIEV, S.: *Šikana na učitelích* [online]. Publikováno: červen 2011. [cit. 25. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.ucitelskenoviny.cz/?archiv&clanek=5738>
45. BELSEY, B.: *Cyberbullying: An Emerging Threat to the “Always On” Generation* [online]. [cit. 10. 1. 2016]. Dostupné na WWW: http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf
46. Bezpečný internet: *Desatero bezpečného internetu* [online]. [cit. 26. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.bezpecnyinternet.cz/deti/rady-pro-tebe/desatero-bezpecneho-internetu.aspx>
47. BOROVEC, J.: *Jak přežít rozchod s partnerem?* Publikováno 14. 12. 2010, [cit. 18. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.zivotni-poradna.cz/clanky/Jak-prezit-rozchod.php>
48. BOWKER, A.; SULLIVAN, M.: *Sexting. Risky Actions and Overreactions* [online]. Publikováno: červenec 2010, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <https://leb.fbi.gov/2010/july/sexting-risky-actions-and-overreactions>
49. BUELGA, S.; IRANZO, B.; CAVA, M-J.; TORRALBA, E.: *Psychological profile of adolescent cyberbullying aggressors*, [online]. 2015. [cit. 17. 2. 2016].

- In: *Revista de Psicología Social*, s. 382 - 406. Dostupné na WWW: <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/21711976.2015.1016754>
50. *Bullying Statistics: Female Bullies* [online]. [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.bullyingstatistics.org/content/female-bullying.html>
51. CAMPFIELD, D. C.: *Cyber Bullying and Victimization: Psychosocial Characteristics of Bullies, Victims, and Bully/Victims* [online]. Disertační práce. 2008. [cit. 26. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://etd.lib.umt.edu/theses/available/etd-12112008-120806/unrestricted/umi-umt-1107.pdf>
52. Cms.E-bezpečí: *Co je flaming* [online]. Publikováno: 31. 5. 2008, [cit. 12. 2. 2016]. Dostupný z WWW: <http://cms.ebezpeci.cz/content/view/35/63/lang,czech/>
53. COWIE, H.: *Cyberbullying and its impact on young people's emotional health and well-being* [online]. Publikováno: 1. 5. 2013, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://pb.rcpsych.org/content/37/5/167>
54. Cyberbullying research center: *What is Cyberbullying?* [online]. Dostupný na WWW: <http://cyberbullying.org/what-is-cyberbullying/>
55. Cyberbullying: *Instant mesagging* [online]. 2004, [cit. 4. 2. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.cyberbullying.info/whatis/book.php?shelf=mediums&pg=Instant%20Messaging>
56. Datacentrum.wedos: *Co je Internet a jak funguje?* [online]. Publikováno: 26. 1. 2010, [cit. 12. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://datacentrum.wedos.com/a/17/co-je-internet-jak-funguje.html>
57. E-bezpeci.cz: *Výzkum rizikového chování českých dětí v prostředí internetu 2014*. [online prezentace]. Publikováno: 14. 7. 2014, [cit. 26. 1. 2016]. Dostupný na WWW: http://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/cat_view/27-vyzkumne-zpravy
58. E-bezpečí.cz: *Jak se chránit před kyberšikanou a jak se bránit kyberútočníkům* [online]. Publikováno: 22. 5. 2009, [cit. 29. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/102-27>
59. E-bezpečnost: *Kyberšikana. Manuál pro učitele* [online PDF], s. 5. [cit. 19. 1. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.bezpecnykraj.cz/download.aspx?dontparse=true&FileID=1230>

60. GAJDOŠOVÁ, J.: *Zdravotní a psychické následky kyberšikany mezi dětmi a dospívající mládeží* [online]. Publikováno 17. 11. 2011, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/355-zdravotni-a-psychicke-nasledky-kyberikany-mezi-dtmi-a-dospivajici-mladei>
61. GRIFFITHS, M.: *Does internet and computer „addiction“ exist? Some case study evidence.* [online]. In: *CyberPsychology & Behavior*. 2000. [cit. 26. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://faculty.mwsu.edu/psychology/dave.carlston/Writing%20in%20Psychology/Internet/4/i12.pdf>
62. HANUŠOVÁ, J.: *Sexuální zneužívání.* [online]. [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.vyzkum-mladez.cz/zprava/1385374653.pdf>
63. HINDUJA, S., PATCHIN, W.: *Cyberbullying Research Summary Emotional and psychological consequences* [online]. 2008, [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné na WWW: http://cyberbullying.org/cyberbullying_emotional_consequences.pdf
64. HINDUJA, S.; PATCHIN, J. W.: *Cyberbullying Identification, Prevention, and Response.* [online]. Publikováno: říjen 2014, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupný na WWW: <http://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response.pdf>
65. HRUBEŠ, J.: *Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež* [online]. [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.socialni-zaclenovani.cz/nizkoprahova-zarizeni-pro-deti-a-mladez>
66. JOLICOEUR, M.; ZEDLEWSKI, E.: *Much Ado About Sexting* [online]. Publikováno v červnu 2010, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <https://www.ncjrs.gov/pdffiles1/nij/230795.pdf>
67. KILIÁN, K.: *Čtenáři doporučují: 10 aplikací pro komunikaci zdarma* [online]. Publikováno: 14. 11. 2014, [cit. 4. 2. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.svetandroida.cz/ctenari-doporucuji-10-aplikaci-pro-komunikaci-zdarma-201311>
68. KOPECKÝ, K.: *Děti a Facebook 2015* [online]. Výzkumná zpráva. Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Centrum prevence rizikové virtuální komunikace. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/veda-a-vyzkum/1103-czech-children-facebook-research-report-2015>

69. KOPECKÝ, K.: *Rizika virtuální komunikace (příručka pro učitele a rodiče)* [online PDF]. 2010. [cit. 4. 2. 2016]. Dostupné na WWW: http://www.zsmalse.cz/phprs/storage/enebezpeci_a5_3.pdf
70. KOPECKÝ, K.: *Úvod do problematiky kyberšikany páchané na učitelích* [online] Publikováno: 22. 2. 2016, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/1120-kybersikana-ucitelu-vyzkum>
71. KOPECKÝ, K.: *Výskyt kyberšikany u českých učitelů – právě startujeme* [online] Publikováno: 17. 2. 2016, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://e-bezpeci.cz/index.php/home/1114-kybersikana-ucitelu-2016>
72. KOPECKÝ, K.; KOŽÍŠEK, M.: *Fenomén sexting v teorii a praxi* [online]. Publikováno: 4. 4. 2015, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://casopisy.skaut.cz/skauting/678>
73. KOUČKÁ, P.: *Agrese není zlá* [online]. Publikováno: 18. 3. 2014, [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://psychologie.cz/agrese-neni-zla/>
74. KREJČÍ, V.: *Kyberšikana: kybernetická šikana* [online]. Publikováno: 2010, [cit. 22. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.e-nebezpeci.cz/ke-stazeni/materialy-pro-studium-studie-atd?download=11:kyberikana-studie-krejci>
75. KREJČÍ, V.: *Pravidla bezpečného používání internetu pro rodiče* [online PDF]. Dostupné na WWW: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/tiskove-zpravy/1068-pravidla-rodice>
76. KREJČÍ, V.; KOPECKÝ, K.: *Nebezpečí elektronické komunikace. Výzkumná zpráva* [online]. [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.vyzkum-mladez.cz/zprava/1351176712.pdf>
77. KUSS, D. J.: *Internet gaming addiction: current perspectives* [online]. In: *Psychology Research and Behavior Management*, č. 6, s. 125 – 137. Publikováno 6. 11. 2013, [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3832462/>
78. LIVINGSTONE, S.; HADDON, L.; GÖRZIG, A.; ÓLAFSSON, K.: *Risks and safety on the internet* [online PDF]. 2012. [cit. 25. 2. 2016], s. 33. Dostupný na WWW: <http://eprints.lse.ac.uk/33731/1/Risks%20and%20safety%20on%20the%20internet%28lsero%29.pdf>

79. MACHÁČKOVÁ, H. a kol.: *Online obtěžování a kyberšikana. Zpráva projektu „Copingové strategie kyberšikany u adolescentů“* [online]. 2012, [cit. 16. 2. 2016]. Dostupné na WWW: http://www.cyberpsychology.eu/team/storage/2012-Machackova-Online_obtezovani_a_kybersikana.pdf
80. MCKELLER-KIRCHOFF, A.: *Emotional, Physical, or Cyber: Bullying Hurts* [online]. [cit. 21. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.psychalive.org/emotional-physical-or-cyber-bullying-hurts/>
81. MCLEAN, L.; GRIFFITHS, M.: *The psychological effects of videogames on young people: A review* [online]. In: Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport [online]. 2013, No. 31 (1), [cit. 27. 2. 2016], s. 119 – 133. Dostupné na WWW: <http://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/viewFile/266790/354412>
82. Mediaguru: *Přehled TOP českých i slovenských Youtuberů* [online]. Publikováno: 11.6.2015. [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.mediaguru.cz/aktuality/prehled-top-ceskych-i-slovenskych-youtuberu/#.VrJtIbLhDIU>
83. MERRITT, M.: *Úvod do krádeže identity* [online]. [cit. 4. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://cz.norton.com/identity-theft-primer/article>
84. Minimalizace šikany: *Kyberšikana na českých školách*, s. 5 – 6. [online]. 2010, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: http://www3.minimalizacesikany.cz/images/stories/vyzkum2010/vyzkum_tiskovka_web.doc
85. MITCHEL, K. J. a kol.: *Prevalence and Characteristics of Youth Sexting: A National Study* [online]. Publikováno 19. 9. 2011, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://www.unh.edu/ccrc/pdf/sexting%20prevalence%20proof%20%20do%20not%20cite%20without%20permission_km.pdf
86. Národní centrum bezpečnějšího internetu: *Kyberšikana ve školním prostředí. Metodický materiál pro pedagogické pracovníky* [online PDF]. 10. 4. 2013. [cit. 25. 2. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.ncbi.cz/category/6-metodiky-ucebni-materialy?download=38>
87. Národní centrum bezpečnějšího internetu: *Ochrana osobních údajů a osobnosti. Metodický materiál pro pedagogické pracovníky* [online]. 2012, [cit. 26. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.saferinternet.cz/finish/4-metodiky/18-ochrana-osobnich-udaju-a-osobnosti>

88. Nea: *Cyberbullying: The 24/7 Problem You Can Help Solve* [online]. [cit. 28. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://www.nea.org/home/60940.htm>
89. Nebuď obět.: *Sexting. Co je sexting.* [online]. [cit. 15. 2. 2016]. Dostupný na WWW: . <http://www.nebudobet.cz/?cat=sexting>
90. NEŠPOR, K., CSÉMY, L.: *Alkohol, drogy a vaše děti. Jak problémům předcházet, jak je rozpoznat, jak je zvládat* [online]. 2003. [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na: <http://www.drnespor.eu/addictcz.html>
91. Netolismus.: *Co je netolismus* [online]. 2015, [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.netolismus.cz/>
92. NEVORALOVÁ, M.: *Prevence rizikového chování* [online]. Publikováno: 7. 1. 2014, [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/70/4538/Prevence-rizikoveho-chovani>
93. NEVYHOŠTĚNÝ, J.: *Česko zasáhly krádeže identit. Podvodníci si zřídí účet na vaše jméno* [online]. Publikováno: 4. 5. 2012, [cit. 4. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://ekonomika.idnes.cz/cesko-zasahly-kradeze-identit-dkl-ekonomika.aspx?c=A120504_085107_ekonomika_neh
94. Nobullying.com: *What is Cyber Bullying?* [online]. Publikováno: 22. 12. 2015, [cit. 19. 1. 2016]. Dostupný na WWW: <http://nobullying.com/what-is-cyberbullying/>
95. PERREN, S.; DOOLEY, J.; SHAW, T.; CROSS, D.: *Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescent.* [online]. Publikováno: 23. 11. 2010, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3003626/>
96. Prevence rizikového chování: *Selektivní primární prevence* [online]. [cit. 1. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.prevence-info.cz/p-prevence/selektivni-primarni-prevence>
97. Prevence rizikového chování: *Základní princip primární prevence* [online]. [cit. 1. 3. 2016] Dostupné na WWW: <http://www.prevence-info.cz/p-prevence/zakladni-princip-primarni-prevence>
98. PRICE, M.; DALGLEISH, J.: *Experiences, impacts and coping strategies as described by Australian young people* [online] In: Youth Studies Australia, Volume 29 Issue 2 (June 2010), [cit. 20. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <https://kidshelpline.com.au/upload/22882.pdf>

99. RYDLO, J.: *Psychologické aspekty chatování* [online]. [cit. 17. 2. 2016].
Dostupné na WWW: <http://www.dobromysl.cz/scripts/detail.php?id=638>
100. Seznam se bezpečně: *Seznam se bezpečně 2* [video]. Publikováno v březnu 2013, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.seznamsebezpecne.cz/>
101. SCHRÖTTEROVÁ, M.: *Kyberšikana učitele* [online]. Publikováno: 27. 5. 2015, [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://spomocnik.rvp.cz/clanek/18793/KYBERSIKANA-UCITELE.html>
102. SPAMfighter. *Obecné otázky a odpovědi týkající se Spam* [online]. [cit. 12. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://www.spamfighter.com/SPAMfighter/Lang_CS/FAQ_SPAM_Default.asp
103. STARCEVIC, V.; ABOUJAOUDE, E.: *Cyberchondria, cyberbullying, cybersuicide, cybersex: "new" psychopathologies for the 21st century?* [online]. Publikováno 5. 2. 2015, [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4329904/>
104. STEEL, A.: *The Psychological Effects of Bullying on Kids & Teens* [online]. [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://mastersinpsychologyguide.com/articles/psychological-effects-bullying-kids-teens#impact>
105. STUHLÍKOVÁ, L.: *Nahé fotky, vydírání. V Česku se rozmáhá kyberšikana* [online]. Publikováno 2. 1. 2015, [cit. 18. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://zpravy.aktualne.cz/domaci/nahe-fotky-vydirani-kybersikana-se-rozmaha-i-v-cesku/r~63bee80485fd11e4bdad0025900fea04/>
106. SULER, J.: *The Basic Psychological Features of Cyberspace* [online]. Publikováno: červen 2005, [cit. 20. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://users.rider.edu/~suler/psycyber/basicfeat.html>
107. ŠEVČÍKOVÁ, A.: *Sexuální kompulze: stinná stránka online sexuálních aktivit* [online prezentace]. [cit. 17. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://ivdmr.fss.muni.cz/> Dostupný na WWW: http://ivdmr.fss.muni.cz/info/storage/Sevcikova_Sexualni_kompulze.pdf
108. TARAN, R.: *Cyberbullying Apps -- Why Are We Allowing Anonymous Cruelty?* [online]. Publikováno: 18. 11. 2013, [cit. 19. 1. 2016]. Dostupný z WWW: http://www.huffingtonpost.com/randy-taran/cyberbullying-apps_b_3941599.html

109. VOCŮ, O.: *Když se řekne YouTube...* [online], 2011, roč. 15, č. 4. [cit. 3. 2. 2016]. Dostupné z WWW: <http://ikaros.cz/node/13623>
110. VONDRÁČKOVÁ, P.: *Proč lidé hrají online hry?* [online]. Publikováno: 19. 6. 2013. [cit. 27. 2. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/566/4212/Proc-lide-hraji-online-hry->
111. WALLEROVÁ, R.; VOKÁČ, M.: *Děti na internetu riskují, své fotky posílají pedofilům za kredit do mobilu* [online]. Publikováno: 23. 11. 2009, [cit. 28. 2. 2016]. Dostupný na WWW: http://zpravy.idnes.cz/deti-na-internetu-riskuji-sve-fotky-posilaji-pedofilum-za-kredit-do-mobilu-1ul-domaci.aspx?c=A091122_195910_domaci_vel
112. Webrangers.cz: *Pro rodiče* [online]. [cit. 2. 3. 2016]. Dostupné na WWW: <http://www.webrangers.cz/pro-rodice>
113. ŽIVKO, M.: *Psychological aspects of cyberspace*, [online] s. 100 – 101. Publikováno: listopad 2011, [cit. 20. 2. 2016]. Dostupný z WWW: <http://infoz.ffzg.hr/INFuture/2011/papers/1-11%20Zivko,%20Psychological%20Aspects%20of%20Cyberspace.pdf>

Kvalifikační práce

114. BLAŽKOVÁ, E.: *Kyberšikana mezi dospívajícími: copingové strategie*. Brno 2012. Diplomová práce. Masarykova univerzita. Fakulta sociálních studií. Katedra psychologie. Vedoucí práce: doc. PhDr. David Šmahel, Ph.D.
115. BRÁVKOVÁ, M.: *Význam členství v pro-ana komunitách na internetu*. Brno 2009. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně. Fakulta sociálních studií. Katedra psychologie. Vedoucí práce: Mgr. Lukáš Blinky
116. BUREŠ, L.: *Internetové sociální sítě, pohled na jejich využívání především žáky ZŠ a s tím spojená případná rizika*. Diplomová práce. Brno 2010. Masarykova univerzita v Brně. Pedagogická fakulta. Katedra technické a informační výchovy. Vedoucí práce: Ing. Martin Dosedla
117. HEJZLAROVÁ, P.: *Sociální práce s dětmi, které sextují*. Bakalářská práce. České Budějovice 2015. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Zdravotně sociální fakulta. Katedra sociální práce. Vedoucí práce: Mgr. Bohdana Břízová, Ph.D.
118. KOBOSILOVÁ, S.: *Posilování vztahů ve třídě jako prevence rizikových projevů chování*. Brno 2012. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně.

- Pedagogická fakulta. Katedra výchovy ke zdraví. Vedoucí práce: Mgr. Radim Slaný
119. KOLÁŘOVÁ, I.: *Kyberšikana, její formy a souvislosti*. Brno 2014. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně. Pedagogická fakulta. Katedra sociální pedagogiky. Vedoucí práce: PhDr. Denisa Denglerová, Ph.D.
120. KRULOVÁ, V.: *Rozchod s partnerem a jeho prožívání v období adolescence*. Brno 2012. Bakalářská práce. Pedagogická fakulta. Katedra psychologie. Vedoucí práce Mgr. Tereza Škubalová.
121. KUJAL, M.: *Kyberšikana na druhém stupni základní školy*. Brno 2011. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně. Pedagogická fakulta. Katedra psychologie. Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Jan Mareš, Ph.D.
122. PEŠOUVÁ, I.: *Děti a masmédia – kyberšikana, kyberstalking a jiná nebezpečí internetu*. Olomouc 2010. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Pedagogická fakulta. Ústav pedagogiky a sociálních studií. Vedoucí práce: RNDr. Evžen Růžička, CSc.
123. RÁČEKOVÁ, Z.: *Zvládací strategie u obětí kyberšikany a jejich účinnost*. Brno 2011. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně. Fakulta sociálních studií. Katedra psychologie. Vedoucí práce: Mgr. Anna Ševčíková
124. ŠLÉGROVÁ, V.: *Kyberšikana očima dospívajících*. Brno 2011. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně. Fakulta sociálních studií. Katedra psychologie. Vedoucí práce: doc. PhDr. David Šmahel, Ph.D.
125. TRÁVNÍKOVÁ, L.: *Vnímání kyberšikany žáky základních škol*. Brno 2014. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně. Pedagogická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce PaedDr. Milan Kubiátko, PhD.
126. VELČOVSKÁ, E.: *Vrstevnická skupina – vztahy mezi vrstevníky ve školní třídě*. Bakalářská práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Filosofická fakulta. Katedra psychologie. Vedoucí práce: Doc. PhDr. Vladimír Řehan.

Abstrakt

ZVONÍČKOVÁ, N. *Nebezpečí kyberšikany z pohledu dítěte*. České Budějovice 2016. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra etiky, psychologie a charitativní práce. Vedoucí práce RSDr. Ján Mišovič, CSc.

Klíčová slova: kyberšikana, děti, dospívající, informační a komunikační technologie, psychické dopady, prevence kyberšikany, řešení kyberšikany, zkušenosti dětí s kyberšikanou, sociální pracovník.

Diplomová práce se zabývá problematikou kyberšikany. Podává ucelený pohled na fenomén, jehož závažnost má vzrůstající tendenci zejména díky neustálému technickému pokroku a rozvoji na poli informačních a komunikačních technologií. Charakterizuje jednotlivé nástroje kyberšikany, popisuje konkrétní formy a vyplývající rizika, která mohou při používání internetu a dalších digitálních médií vzniknout. Zabývá se dopady kyberšikany na psychiku dospívajících a přináší ucelený pohled a zkušenosti dětí a dospívajících s touto problematikou. Zaměřuje se na rozdíly ve vnímání kyberšikany dětmi a dospělými a na roli sociálního pracovníka v procesu prevence a řešení kyberšikany.

Abstract

Dangers of cyberbullying from a child's perspective

Key words: cyberbullying, children, adolescents, information and communication technology, psychological impacts, cyberbullying prevention, dealing with cyberbullying , children's experiences with cyberbullying , social worker.

This master's thesis deals with issue of cyberbullying. It reports comprehensive view of the phenomenon, whose severity has an increasing tendency, in particular thanks to continuous technical progress and development in the field of information and communication technologies. It characterizes particular tools, describes a specific form the resulting risks, which can develop through using the Internet and other digital media. It deals with the effects of cyberbullying to the psychic of the adolescents and brings a comprehensive view and experiences of children and adolescents with this issue. It focuses on the differences in the perception of cyberbullying by children and adults and on the role of social worker in the process of prevention and solution of cyberbullying.