

Krizový plán školy - co dělat, když:

Postup při podezření na šikanu

Definice šikany

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrožit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky např. v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků. Rovněž se může realizovat prostřednictvím elektronické komunikace, jedná se o tzv. kyberšikanu.

Rozdíl šikana x škádlení

Jestliže svého kamaráda škádílím, očekávám, že to bude legrace nejen pro mě, ale i pro něj. Když vidím, že to jako legraci nebere, že ho to zranilo, pak je mi to líto a omluvím se. U šikany je to obráceně. Tam jde agresorovi o to, aby druhému ublížil, aby ho zranil. A má z toho radost. Nejen, že se mu neomluví, ale opakuje to. A většinou násilí přitvrzuje. Důležité!!! Když někdo někoho škádílí a ten mu jasně řekne, aby toho nechal, musí to respektovat. Jinak by to bylo porušování práva druhého člověka. Naše práva končí tam, kde začínají práva druhého člověka.

Jak postupovat v případě konfliktu?

- Prvním úkolem je konflikt stopnout a odhadnout, jak je šikanování ve skupině rozvinuto.
V případě přímého ohrožení oběti zajistit její bezpečnost
- Kontaktovat vedení školy, TU, ŠMP, VP
- Každý případ vyžaduje individuální řešení i postup.
- Nevím-li si rady, obrátím se na ostatní.
- Vyšetřování vede vždy jedna osoba, která průběžně informuje vedení školy a ostatní pedagogy, výchovného poradce, metodika primární prevence
- Nutná je zejména zvýšená pozornost a spolupráce všech (vedení, pedagogové, správní zaměstnanci)
- Pokročilé stádium šikany předáme odborníkům.
 - Pokud je ohroženo zdraví nebo život, neprodleně volám lékaře a Policii ČR.
 - Důležitá je pravdivá informovanost všech, v těžších případech je nutno zveřejnit oficiální prohlášení.

Doporučený postup při vyšetřování

1. Rozhovor s informátory a oběťmi - formou rozhovoru mapujeme situaci a shromažďujeme důležité údaje - v podstatě jde o to, abychom vybrali žáky, kteří s obětí sympatizují, kamarádí s ní, nebo ji alespoň neodmítají, žáky nezávislé na agresorech, kteří nepřijímají normy šikanování.

Postup při zadržení OPL u žáka

- Při nálezu látky u žáka, kterou můžeme považovat za OPL, vyrozumíme vedení školy
- Sepíšeme záznam s vyjádřením žáka, u kterého byla OPL nalezena, datum, čas, místo nálezů a jméno žáka s jeho podpisem. Zápisu a rozhovoru je přítomen ředitel školy, nebo zástupce ředitele školy.
- Vyrozumíme zákonného zástupce žáka a policii ČR, která provede zajištění látky.

Postup při krádeži a vandalismu

Krádeže, zejména mobilních telefonů, a ničení školního majetku, jsou nejčastějšími formami protiprávního jednání, se kterými se lze v prostředí škol setkat.

Jak postupovat preventivně proti krádežím

- Krádeže jsou protiprávním jednáním, a jakmile se škola o takovém jednání dozví, bude tuto skutečnost hlásit orgánům činným v trestním řízení, nebo doporučí poškozenému (jeho zákonnému zástupci), aby se na tyto orgány obrátil.
- Nošení cenných věcí (zejména věcí malých rozměrů) do školy je rizikové chování, které může vést k jejich odcizení. Škola žákům doporučuje cenné věci, které nesouvisí s vyučováním a vzděláváním do školy nenosit, případně je mohou odkládat na místa k tomu určená, např. u třídního učitele.
- Pedagogové vedou žáky k tomu, aby dokázali protiprávní jednání rozpoznat, byli všímaví vůči svému okolí a v případě, kdy budou svědky takového jednání, ohlásili věc pedagogickému pracovníkovi školy.

Jak postupovat při nahlášení krádeže žákem

- O události pořídit záznam na základě výpovědi poškozeného. Věc předat orgánům činným v trestním řízení (ohlásit na místní nebo obvodní oddělení Policie ČR), nebo poučit poškozeného žáka (jeho zákonného zástupce), že má tuto možnost. V případě, že je znám pachatel, je třeba nahlásit věc orgánu sociálně - právní ochrany (byl - li pachatel mladší 18 let) a současně věc předat orgánům činným v trestním řízení.

Jak postupovat preventivně proti vandalismu

- Každý je odpovědný za škody, které svým jednáním způsobil, a proto po něm bude škola požadovat náhradu, jestliže škodu způsobil úmyslně nebo z nedbalosti. V poučeních o bezpečnosti a ochraně zdraví je třeba se problematice vzniklých škod věnovat a žáky opakovaně upozorňovat na jednání, které k poškození majetku vede a jak se takovému jednání vyhnout.

Jak postupovat při vzniku škody

- Jakmile vznikne škoda na školním majetku, je třeba o celé záležitosti vyhotovit záznam a pokusit se odhalit viníka. V případě, že viníka škola zná, bude na něm (jeho zákonném zástupci) vymáhat náhradu škody. V případě, že nedojde mezi zákonnými zástupci nezletilého dítěte a školou k dohodě o náhradu škody, může škola vymáhat náhradu soudní cestou.

Rodičům

JAK POZNÁM, ŽE MOJE DÍTĚ ALKOHOL NEBO DROGY BERE?

- Změnila se osobnost Vašeho dítěte v poslední době v nějakém významném ohledu?
- Má časté výkyvy nálad?
- Straní se Vás? Je zlostný nebo depresivní?
- Tráví hodně času ve svém pokoji sám?
- Ztratil zájem o školu a o vyučování, případně další aktivity, např. sport?
- Zhoršil se jeho prospěch?
- Přestal trávit čas se starými kamarády? Přátelí se s dětmi, které se Vám nelíbí? Nesvěřuje se a nemluví o tom, kam chodí a co dělá?
- Máte pocit, že se Vám doma ztrácí peníze nebo věci (peníze potřebné na alkohol a drogy) nebo máte pocit, že má víc peněz, než byste očekávali (peníze získané z prodeje drog)?
- Reaguje nepřiměřeně, když s ním mluvíte o alkoholu a o drogách nebo se snaží změnit téma?
- Lže nebo podvádí?
- Pozorujete fyzické příznaky užívání drog nebo alkoholu? Rozšířené nebo zúžené zornice?
- Nejasné vyjadřování a myšlení?
- Ztratilo Vaše dítě zájem o koníčky? Ztratilo motivaci, nadšení a vitalitu?
- Našli jste někdy důkazy užívání drog nebo alkoholu, prášky, lahve?
- Zhoršil se vztah dítěte k členům rodiny?
- Zdá se Vaše dítě být nemocné, unavené a protivné ráno, po možném užití drog předešlý den?
- Přestalo se Vaše dítě o sebe starat, změnil se jeho styl oblečení?
- Zdá se být méně soustředěný?

DOPORUČENÍ RODIČŮM, JEJICHŽ DÍTĚ MÁ PROBLÉMY S NÁVYKOVÝMI LÁTKAMI

A.

Co dělat

- Jestliže je dítě pod vlivem drog a hrozí otrava, neváhejte zavolat lékaře
- Používání drog není trestné, a dítěti proto žádný soudní postih nehrozí. S dítětem pod vlivem drog nemá smysl se hádat. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.
- Nespolehejte na zázračné okamžité řešení, ale spíše na dlouhodobou výchovnou strategii. Jejím základem je nepodporovat a neusnadňovat pokračující braní drog, naopak odměňovat každou změnu k lepšímu a povzbuzovat k ní. To, že taková strategie nepřináší vždy okamžitý prospěch ještě neznamena, že je neúčinná. Může se totiž jednat o příliš velký problém, jehož řešení vyžaduje více času a spojenců.
- Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu. To je těžké, zvláště když říká a hlavně dělá z hlediska rodičů nesmysly, a když hájí hodnoty pro rodiče nepřijatelné. Vyslechnout dítě ale ještě neznamena přistupovat na jeho stanovisko.
- Naučte se s dítětem o alkoholu a drogách mluvit. Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty.
- Uvědomte si své možnosti. Dítě, které bere drogy nebo pije, bývá většinou nezralé a neschopné se o sebe postarat. Může tisíckrát pohrdat názory rodičů, ale většinou si nedokáže opatřit základní prostředky k životu. V tom je Vaše šance a síla. Určitou základní péči jste sice povinni nezletilému dítěti poskytnout, ale mělo by cítit, že Vaše péče je jiná, když se chová rozumně a když ne.

Cílem je, aby dítě pochopilo, že "skutečná samostatnost předpokládá schopnost se o sebe postarat".

- Vytvořte zdravá rodinná pravidla. Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání. Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně.
- Jestliže dospívající není ochoten ke změně, měl by nést důsledky. To se samozřejmě netýká situací, kdy je ohrožen život, např. při předávkování. (Teprve až vážné problémy, které drogy způsobí, jsou často důvodem k léčbě a změně).
- Předcházejte nudě. Musíte počítat s tím, že může být nutné trávit v prvním období s dítětem mnohem více času. Měli byste mít přehled, kde je, co dělá, zamyslet se nad jeho denním programem a životním stylem.
- Pomozte mu se odpoutat od nevhodné společnosti. To má pro překonání problému často podstatný význam. Jestliže Vám potomek tvrdí, že si s lidmi, se kterými dříve bral drogy, chce jenom pobýt nebo si povídat, buď lže, nebo podceňuje nebezpečí. Někdy je možné uvažovat i změně prostředí.
- Posilujte sebevědomí dítěte. Najděte a udržujte křehkou rovnováhu mezi kritickým Postojem vůči chování dítěte ("nelíbí se nám, že bereš drogy") a respektem vůči jeho osobnosti a lásce k němu ("vážíme si tě jako člověka a záleží nám na tobě"). Je to těžké, je to však nutné. Stejně nutné je i oceňovat třeba drobné pokroky a změny k lepšímu.
- Je také třeba vidět silné stránky dítěte, jeho možnosti a dobré záliby, které má možná z předchozí doby a na které se dá navázat.
- Spolupracujte s dalšími dospělými. Velmi důležitá je spolupráce v rodině. Rodiče by se měli ve výchově problémového dítěte dokázat domluvit. Jenom tak totiž nebude dítě uzavírat spojení s tím rodičem, který mu právě víc povolí. Důležitá je i spolupráce v rámci širší rodiny (babička), spolupráce s léčebnými zařízeními, školou, případně dalšími institucemi. Často až vážně míněná hrozba ústavní výchovy, nebo hrozba ohlášení krádeže v domácnosti na policii mohou přimět dospívajícího přijmout léčbu.
- Osvědčuje se také, když rodiče dětí s těmito problémy spolu hovoří v rámci skupinové terapie nebo svépomocné organizace. Dokáží se navzájem pochopit a předávají si užitečné zkušenosti.
- Buďte pro dítě pozitivním modelem. K tomu je nutné, abyste myslel i na své zdraví a svoji tělesnou a duševní kondici a abyste měl své kvalitní zájmy.
- Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže dítě odmítá. V případě Manželských nebo partnerských problémů se můžete např. obrátit na poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy. Pamatujte, že zvládnutím problémů zvyšujete i šanci na ovlivnění dítěte.
- Přístup k dítěti, které má problémy s alkoholem nebo jinou drogou, shrnuje anglické slovo "tough love". V češtině to znamená "tvrdá láska". Myslí se tím dobrý vztah k dítěti, snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost.

B.

Čemu se vyhnout

- Nepopírejte problém. Zbytečně by se tak ztrácel čas a rozvíjela se závislost na návykové látce.
- Neskrývejte problém. Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Aby se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl by si naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl by také hledat spojence.
- Neobviňujte partnera. Na to, abyste si vyřizovali s druhým rodičem dítěte staré účty

a navzájem se obviňovali, není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost našťastí často ano.

- Nehledejte v dítěti zneužívajícím drogy spojence proti druhému rodiči.
- Nezanedbávejte sourozence dítěte zneužívajícího alkohol nebo jiné drogy. Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a Vaši péči a Váš zájem potřebují.
- Nezanedbávejte bezpečnost dalších lidí v domácnosti, zejména malých dětí. Člověk pod vlivem alkoholu nebo drog jim může být velmi nebezpečný, i když by jim za normálních okolností neublížil. Je také třeba myslet na to, aby se drogami, které dospívající domů přinesl, neotrávil další sourozenec.
- Nefinancujte zneužívání drog a neusnadňujte ho. S tím souvisí i to, aby rodina zabezpečila cenné předměty a nenechala se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit samotné dítě, ale jeho "kamarádi", kterým dluží za drogy. Jestliže začalo dítě zneužívat pervitin nebo opiáty bývá otázkou času, kdy se začnou ztrácet peníze a cenné předměty. Nejde tu jen o majetek, ale také o okolnost, že ukradený majetek slouží špatné věci - totiž rozvoji závislosti. Argument, že by si dítě opatřilo prostředky jinak, např. prostitucí nebo krádežemi, neobstojí. Pokud bude závislost pokračovat, je pravděpodobné, že k tomu dojde stejně.
- Nedejte se vydírat. Vyhrůžování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Ano, všechna tato rizika u závislých na drogách existují. Tím, že rodiče pod jejich tlakem ustupují, ovšem riziko nesnižují, ale zvyšují.
- Nevyhrožujte něčím, co nemůžete nebo nechcete splnit.
- Vyhněte se fyzickému násilí. Fyzické násilí většinou nevede k cíli. Často jen živí v dítěti pocit ukřivdnosti, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.
- Nejednejte chaoticky a impulzivně.
- Nevěřte tvrzení, že má dospívající drogy pod kontrolou, případně, že snižuje dávky a že drogu brzy vysadí. Buďte připraveni na to, že dříve či později pravděpodobně přijde krize. Využijte ji a trvejte na změně životního stylu, případně na nějaké skutečně účinné formě léčby, jestliže není dospívající schopen zvládnout problém sám.
- Do nekonečna neustupujte. Požadavek, aby lidé, kteří berou drogy, do vašeho bytu nechodili, je rozumný.
- Nedělejte zbytečně "dusno". Parta a nevhodní přátelé by se tím stávali pro dítě ještě přitažlivější.
- Nezapomínejte dveře navždy. I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, Pokud přijme určité podmínky.
- Neztrácejte naději. Vaším tichým spojencem je přirozený proces zrání. I hrozivý problém se mnohdy podaří úspěšně zvládnout.

Varovné signály šikany pro rodiče

- dítě nemá kamaráda
- nechce jít do školy
- střídá různé cesty do školy a ze školy
- ztráta chuti k jídlu, neklidný spánek
- ztráta zájmu o učení
- výkyvy nálad, odmítá se svěřit, co ho trápí
- žádá peníze, často „ztrácí“ své věci
- přichází domů vyhladovělé, s potrhaným oblečením, s poškozenými školními pomůckami

- nedokáže uspokojivě vysvětlit svá občasná zranění (odřenin, modřin, popálenin)
- je nečekaně agresivní vůči sourozencům
- trpí zdravotními potížemi (bolesti hlavy, břicha, bolesti jsou někdy simulované)
- zdržuje se většinou stále doma

Co tedy dělat?

- Připusťme, že několik výše uvedených signálů ve vás vzbudí určitě podezření, že by mohlo jít o šikanování vašeho dítěte. Znovu podotýkáme, že ideální stav nastane, když se vám dítě svěří.
- Pochvalte ho, povzbudte, rozptylte jeho obavy o tom, že žaluje. Vyzvedněte naopak jeho sílu a odvalu sdělit tyto závažné skutečnosti. Přesvědčte ho, že mu chcete pomoci a to potom musíte dodržet.
- Vyslechněte vaše dítě, dejte najevo, že jeho informace berete vážně (i když se vám mohou zdát malicherné či nepodstatné). Odložte veškerou práci, není nic důležitějšího, než situace vašeho dítěte.
- Poskytněte dítěti veškerou podporu. Pochopitelně, že odlišíte např. běžnou klukovskou šarvátku od skutečné šikany.

Konkrétní kroky

- Zjistěte přesně – pozor – „nevyslychejte jako vyšetřovatel“ – co, kdy, kde se odehrávalo, kdo další byl přítomen.
- Společně vytipujte svědky, kterým dítě ještě důvěřuje, o kterých ví, že nestojí na straně agresora a věří, že mu mohou pomoci.
- Poskytněte dítěti veškerou ochranu (např. při cestě do školy a ze školy, i za cenu, že se budete uvolňovat z práce).
- Poskytněte dítěti dostatek péče, více s ním komunikujte, věnujte se mu ve volném čase, Odjeďte na chatu, chalupu či k prarodičům
- Nemáte - li jistotu, že dítě nebude ohroženo během pobytu ve škole, ponechejte je doma, ale pozor – pečlivě zvažte, zda v jeho situaci může být samo.
- Znovu dítě ubezpečujte, že udělalo dobře, že vám vše sdělilo, mluvte s ním více než dříve.
- Zhodnoťte a to velice kriticky, co mohlo vyvolat stav, který skončil šikanou. Neobviňujte pouze školu, nastavte si „zrcadlo pravdy“. Neomlouvejte sami sebe, ani své dítě. Se svým zjištěním se v první fázi dítěti nesvěřujte, ale připravujte nápravu.

Kyberšikana a její nebezpečí

Kyberšikana, z anglického cyber bullying, je opakované násilné chování prostřednictvím moderních komunikačních technologií, především internetu a mobilu. Existují další, příbuzné fenomény: cyber stalking, cyber grooming, child grooming, happy slapping.

O tom, že internet může být nebezpečný, se přesvědčilo už mnoho dětí. Nedopusťte, aby mezi nimi bylo i to Vaše! Nepodceňujte rizika kyberšikany!

Kyberšikana a šikana - rozdíly

Základní rozdíl spočívá v tom, že u šikany zná oběť útočníka. Ví, jak vypadá, jak mluví, kolik mu asi je, kde na ni číhá atd. U kyberšikany je útočník naprosto anonymní a ještě navíc může v kybersvětě měnit svou identitu – jednou jí pošle SMS z internetu jako Karel, podruhé jako Andrea apod. Až 40% obětí kyberšikany se nedozví, kdo je kyberšikanoval. Navíc sdělit něco přes internet je mnohem jednodušší, než říct to druhému do očí.

U tradiční šikany rozhoduje fyzická síla, u kyberšikany počítačové znalosti. Kyberšikanovat může člověk fyzicky slabý, který se třeba mstí pachatelům klasické šikany. Může to být člověk, který by si za normálních okolností na oběť netroufl, ale kyberprostor mu poskytuje dostatečnou anonymitu. Ale samozřejmě to není pravidlem. Útočník může být kdokoli. Důležitým faktorem u kyberšikany je také publikum. K webové stránce s trapným obsahem, videu na YouTube nebo skupině na Facebooku má přístup každý, kdo má internet. Oproti tomu, pokud si parta kluků vyhlédne svého slabšího spolužáka na cestě ze školy domů, jsou svědky šikany pouze ti, kteří se útoku účastnili nebo mu přihlíželi. Často se stává, že šikana jde s kyberšikanou ruku v ruce, to znamená, že si útočníci natočí reálný útok a zveřejní ho na internetu.

Posledním důležitým rozdílem jsou náznaky, díky kterým se útoky a problémy dají odhalit. Při tradiční šikaně jich je podstatně více, např. roztrhané oblečení, modřiny po bitce, ztrácení věcí, ale i pozdější návraty ze školy, uzavírání se do sebe, nechut chodit do školy, která může přerůst v neurózu, apod. U kyberšikany je takových náznaků méně. Problémy se dají odpozorovat z chování oběti nebo přímo prohlédnutím historie nebo kontaktů na sociální síti, e-mailu nebo ICQ a Skypu, čehož však nejsou všichni rodiče schopní. Pokud se s nějakým takovým problémem setkáme, je potřeba komunikovat a někomu se s tím svěřit.

8 pravidel, jak předejít kyberšikaně

Při používání internetu nebo mobilního telefonu na nás číhá mnoho nebezpečí. Ty se jim však můžeš lehce vyhnout, pokud budeš dodržovat následující pravidla:

- Zvol si správné heslo
- Správné heslo je základem každého uživatele. Na internetu si zakládáme různé účty a ke každému vymýšlíme heslo. Hesla by se totiž neměla u našich účtů opakovat. Měla by to být náhodná kombinace písmen a čísel, která je tajná a těžko uhodnutelná. Rozhodně bychom si neměli dávat jako heslo např. své křestní jméno.
- Zabezpeč si svoje účty
Na sociálních sítích, jako je např. Facebook, o sobě zveřejňujeme spoustu osobních informací. Některé informace by ale rozhodně neměly být přístupné cizím lidem, proto je důležité, abychom měli svůj účet dobře zabezpečený.
- Nesděluj o sobě příliš mnoho konkrétních informací
Když chatuješ nebo hledáš kamarády na sociální síti, musíš si uvědomit, že nikdy nevíš, kdo je na druhé straně. Na fotkách, které ti pošle, nemusí být jeho pravá tvář. Informace, které ti píše, mohou být vymyšlené. Podle informací, které cizímu člověku sdělíš, si tě může najít nebo tě s nimi dokonce vydírat. Tím, že na svém profilu zveřejníš mnoho osobních informací, jako je třeba telefonní číslo, adresa domů atd., jen upoutáš útočnickovu pozornost. Nebude muset nic zjišťovat, protože si to všechno jednoduše přečte v profilu.
- Nereaguj na podezřelé vzkazy a zprávy
Nikdy nevíš, jaké jsou úmysly uživatele sedícího na druhé straně. Nenech se jím přesvědčit, abys dělal věci, které by tě samotného nenapadly.
- Seznam se s pravidly diskuze nebo chatu, který používáš
V pravidlech se dočteš mimo jiné, které příspěvky mohou být správcem smazány nebo jak máš nebezpečný příspěvek nahlásit správci.
- Cti ostatní uživatele
Nevyužívej internetové anonymity k ponižování ostatních uživatelů.

- Dobře si rozmysli, co komu píšeš
Něco, co ty chápeš jako legrácku nebo vtip, může druhý pochopit jako urážku nebo ponížení. Uvědom si, kolik lidí si příspěvek, který zveřejníš, přečte a kolik lidí se tak bude na účet ponížené osoby bavit.
- Pokud jsi na internetu narazil/a na něco zvláštního, rozhodně se s tím svěř
Pokud se při používání internetu setkáš s nějakou stránkou, vzkazem, článkem, obrázkem nebo videem, které ti připadá zvláštní, je ti nepříjemné nebo ti dokonce nahání strach, neváhej se svěřit svým rodičům nebo učiteli. Nenechávej si problém pro sebe. Rodiče nemusí poznat, že se trápíš zrovna kvůli něčemu, cos viděl na počítači. Pokud jim to řekneš, rozhodně ti pomůžou problém řešit.

Na koho se obrátit

Kyberšikana je v poslední době velice frekventovaným problémem, naprostá většina žáků základních škol (i na prvním stupni) má totiž přístup k internetu - agresory nevyjímaje. A tak se často problém šikanování přesouvá ze školních hřišť a ze tříd, kde vítězí fyzická síla, ale kde má oběť zároveň větší šanci se útočníkům vzepřít a ubránit se, na sociální sítě, hlavně již tolikrát zmiňovaný facebook. I přes nepříjemnosti, které pak pociťují, se však ohrožovaní bojí svěřit někomu z okolí a problém si často nechávají pro sebe. Právě potíže s komunikací pak pro oběť znamenají neschopnost vymanit se ze začarovaného kruhu oběť-útočník. V případě, že se dítě cítí ohrožováno kyberšikanou, mělo by v ideálním případě celou věc nejdříve osobně probrat s rodiči, jinými příbuznými, kamarády nebo dospělými osobami (učitelé apod.), to je totiž nejjistější a nejrychlejší způsob, jak problémy s obtěžováním pomocí internetu vyřešit. Ovšem ne vždy má oběť chuť svěřovat se se svým trápením ještě někomu dalšímu známému ze svého okolí, ne vždy má ve svém okolí lidi, kterým může bezvýhradně věřit, a proto zde uvádíme několik kontaktů, na kterých je možné nechat si poradit nebo v případě, že se schyluje k nejhoršímu a kyberšikana přerůstá např. i ve fyzické útoky, vyhrožování atd., přímo postihnout útočníka.

Horká linka

www.horkalinka.cz

Linka bezpečí

116 111

Rodičovská linka

840 111 234

Policie ČR

158

Projekt

www.e-bezpeci.cz

Jaké trestné činy mohou být za kyberšikanou skryty?

(Zákon č. 40/2009 Sb. dle stavu 1. 1. 2010)

- vydírání - §175
- šíření pornografie - §191
- výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií - §192
- zneužití dítěte k výrobě pornografie - §193
- svádění - §202
- šíření toxikomanie - §287

- násilí proti skupině obyvatel a proti jedinci - §352
- nebezpečné vyhrožování - §353
- nebezpečné pronásledování - §354
- hanobení národa, rasy, etnické nebo jiné skupiny osob - §355
- podněcování k nenávisti vůči skupině osob nebo k omezování jejich práv a svobod - §356

Desatero bezpečnosti na sociálních sítích

1. Nezveřejňovat osobní údaje.

Tento bod desatera je jasný. Nezveřejňuj zbytečně osobní údaje. Pokud chceš podrobnosti na sociální síť napsat, nastav si svůj profil tak, aby byly podrobnější informace dostupné jen přátelům ze seznamu.

2. Nesdílet fotky.

Fotky, které na internet dáš třeba z legrace, mohou někoho z tvých přátel mrzet. Příliš odhalené fotky, které budou útočníkovi lehce dostupné, mohou přilákat jeho pozornost.

3. Bezpečně se odhlašovat.

Toto pravidlo je obzvláště důležité pro ty, kteří používají počítač, na který má přístup větší množství lidí, např. ve škole nebo v knihovně. Dej si pozor, abys své přihlašovací údaje omylem neuložil do prohlížeče nebo aby ses nezapomněl odhlásit.

4. Měnit přihlašovací údaje nebo mít bezpečnější hesla.

Správné heslo by mělo být kombinací písmen a čísel, proto si jako heslo nedávej své jméno, datum narození nebo číslo dresu. Heslo by nikdo neměl jednoduše uhodnout.

5. Nepřidávat si lidi pouze kvůli počtu.

6. Přidávat si pouze dobře známé lidi.

Předhánění se v tom, kdo má víc přátel na Facebooku není nejlepší zábava. Mezi tvými "přáteli" se může objevit někdo, kdo ti bude chtít ublížit. V reálném životě se přece taky nekamarádíš s každým, koho potkáš. Mysli na to při rozesílání žádostí o přátelství.

7. Číst si pravidla užívání.

Než začneš nějakou internetovou službu používat a zadáš své osobní a kontaktní údaje, pročti si pečlivě pravidla.

8. Rozlišovat virtuální a reálný život.

Je moderní mít profil na sociální síti, ale uvědom si, že mnohem důležitější je to, co děláš v reálném životě. Při komunikaci přes sociální síť nevidíš, jak se ostatní tváří. Občas je těžké poznat, jestli to ještě myslí ze srandy nebo ti chtějí ublížit.

Na sociální síti si můžeš nastavit, pro koho budou informace na tvém profilu viditelné.

Nesdílej všechno s celým světem a zachovej si své soukromí. Stejně rychle jako se po internetu šíří dobré zprávy, šíří se i ty špatné nebo pomluvy.

10. Nebýt závislý na sociálních sítích; nespamovat.

Přehnané přispívání, zveřejňování nového statusu každou minutu může opravdu ostatní uživatele otravovat. Kamarádi by si tě taky mohli zablokovat a zprávy by se k nim tak jako tak nedostaly. Snaž se omezit svoje příspěvky, aby se ještě vůbec našel ně

kdo, kdo je bude

prohlížet.

www.kyberšikana.eu

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních č.j.21291/2010

Mgr. Hana Fuksová, ředitelka školy