

K DIAGNOSTICE KYBERŠIKANY

Kamil KOPECKÝ

Kyberšikanu je u dítěte poměrně obtížné rozpoznat, protože se její projevy často kříží s projevy puberty – dítě mohou provázet různé změny nálad, může být uzavřené, může u něj dojít ke zhoršení prospěchu ve škole apod. V řadě případů odpovídají příznaky kyberšikany také příznakům klasických forem šikany, kyberšikana je obvykle s běžnou šikanou propojena. Obecně lze říci, že se dítě začne chovat zásadně jinak, než jsme byli jako rodiče či pedagogové zvyklí – mění své chování, omezuje běžné aktivity, je více nervózní, roztěkané, mohou se u něj projevit také psychosomatické projevy (bolesti hlavy, nespavost, noční bés, pomočování apod.).

Mezi základní varovné příznaky, které kyberšikanu (či tradiční šikanu) provázejí, patří (Černá, Dědková, Macháčková, Ševčíková, & Šmahel, 2013, Kopecký, 2016):

- *Dítě, které dříve informační technologie aktivně využívalo, se jim začne vyhýbat a odmítá je používat. Při čtení e-mailů, SMS zpráv či záznamů na svých virtuálních „zdech“ může být dítě nervózní, nejisté a zarmoucené.*
- *V celkovém chování je dítě sklíčené, ustrašené a apatické, časté jsou výkyvy nálad i chování (včetně hádek s vrstevníky a rodiči).*
- *U dítěte se projevuje somatizace – bolesti břicha, hlavy, nechutenství, nevolnost, nespavost či noční můry.*
- *Časté je rovněž vyhýbavé chování vůči lidem, předtím neobvyklé – chození za školu, trávení většiny času o samotě.*
- *Dochází ke zhoršení prospěchu ve škole.*

Oběti kyberšikany jsou často uzavřené do sebe a nekomunikují o problémech s okolím (Krejčí, 2010). Důvodů pro takové chování může být více (strach, stud, rodiče neovládají práci na počítači, dítě nepozná, že jde o projevy psychického šikanování, bojí se, že mu rodiče zakáží používat internet atd.). Oběti kyberšikany na řešení svých problémů často zůstávají samy, což může vést k tomu, že situaci nezvládnou.

Mezi další varovné signály šikanování (ať již v rámci tradiční šikany či kyberšikany) patří následující (MŠMT, 2013):

- a) za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi;
- b) dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.;
- c) dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem;
- d) nechce jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno pozorovat i strach;
- e) ztráta chuti k jídlu;
- f) dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem;
- g) dítě chodí domů ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na svačinu);
- h) usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. „Nechte mě!“;
- i) dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně;
- j) dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují výkyvy nálad;
- k) zmínky o možné sebevraždě;
- l) odmítá svěřit se s tím, co ho trápí;
- m) dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze;
- n) dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí;
- o) dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům;
- p) dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma;
- q) své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.);
- r) dítě se vyhýbá docházce do školy;
- s) dítě se zdržuje doma více, než mělo ve zvyku.

Podle dalších autorů (Jurková, 2010) lze varovné signály, které mohou indikovat přítomnost kyberšikany, rozdělit na přímé a nepřímé. Ty mohou, ale také nemusí naznačovat, že ke kyberšikaně skutečně dochází, protože ukazatelé často odpovídají běžným projevům dospívání (např. uzavřenost, konflikt s rodiči, rychlé změny emocí atd.).

A. Nepřímí ukazatelé kyberšikany (oběť)

Mezi nepřímé ukazatele přítomnosti kyberšikany patří následující:

- Dítě náhle přestane používat počítač.*
- Často mění chování a nálady.*
- Před cestou do škol trpí bolestmi břicha nebo hlavy.*
- Je nervózní nebo nejisté při čtení e-mailů nebo SMS zpráv v mobilu.*
- Nechce/bojí se chodit do školy nebo vůbec mezi lidi.*
- Je rozčilené, expresivní nebo frustrované při odchodu od počítače.*
- Vyhýbá se rozhovoru o tom, co dělá na počítači.*
- Dítě se stane nepřirozeně uzavřené vůči kamarádům nebo rodině.*
- Dítě „chodí za školu“.*
- Zhorší se jeho prospěch ve škole.*
- Pobývá v blízkosti učitelů.*
- Vystupuje ustrašeně.*
- Má smutnou náladu.*
- Je apatické, někdy naopak nezvykle agresivní.*
- Dítě ztratilo zájem o učení.*
- Dítě má poruchy soustředění.*
- Dítě se vrací ze školy pozdě.*
- Dítě špatně usíná, má noční můry.*

B. Nepřímí ukazatelé kyberšikany (agresor)

Mezi nepřímé ukazatele, které mohou indikovat, že je dané dítě agresorem, patří následující situace:

*Dítě rychle vypíná monitor nebo zavírá program v počítači, když se přiblížíte.
Dítě tráví u počítače dlouhé hodiny v noci.
Dítě je rozčilené, pokud nemůže nečekaně použít počítač.
Dítě se přehnaně u počítače směje.
Dítě se vyhýbá rozhovorům o tom, co na počítači vlastně dělá.
Dítě používá několik online účtů nebo adres, které ani nejsou jeho.
Ve škole mohou být podezřelé smějící se hloučky žáků kolem počítače.*

C. Přímí ukazatelé (chování okolí vůči dítěti)

Přímé ukazatele, které mohou indikovat probíhající šikanu či kyberšikanu, lze sledovat jak v běžné třídě, tak i mimo ni – např. doma. Mezi přímé ukazatele pak patří následující:

*Dítě někoho úmyslně ponižuje.
Dítě hrubě žertuje a někoho zesměšňuje.
Dítě nadává.
Dítě neustále kritizuje a zpochybňuje.
Dítě poškozuje a krade osobní věci.
Dítě poškozuje oděv.
Dítě se vysmívá.
Dítě omezuje svobodu jiné osoby.
Dítě někoho bije, kope, projevuje se agresivně.
Dítě natáčí mobilním telefonem někoho, kdo ubližuje jinému dítěti.*

Pokud u svého dítěte či žáka narazíte na varovné příznaky, nebojte se ho oslovit s nabídkou podpory a pomoci při řešení jeho problému. Pokud se nechce svěřit přímo vám, doporučte mu pomoc např. Linky bezpečí, Dětského krizového centra, Poradny projektu E-Bezpečí či projektu Nenech to být.

Pro E-Bezpečí
Kamil Kopecký

Použité zdroje:

Černá, A., Dědková, L., Macháčková, H., Ševčíková, A., & Šmahel, D. (2013). *Kyberšikana - průvodce novým fenoménem*. Grada Publishing, a.s.

Jurková, K. (2010). *Metodika k prevenci a řešení kyberšikany*. Brno: Poradenské centrum pro drogové a jiné závislosti Brno.

Kopecký, K. (2016). *Kyberšikana a její specifika v prostředí systému primární prevence rizikového chování*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci

Krejčí, V. (2010). *Kyberšikana – kybernetická šikana* (1st ed.). Olomouc: Net University Ltd.

MŠMT. (2013). *Přímé a nepřímé varovné signály šikanování*. *Věstník MŠMT*, 69(8).