

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 běs, 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 poškozují a krade osobní věci.
Dítě poškozují 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).