

# **CO JE OSTRAKIZACE V DIGITÁLNÍM PROSTŘEDÍ, PROČ K NÍ DOCHÁZÍ, V ČEM JE NEBEZPEČNÁ A JAKÉ JSOU NÁSLEDKY A CO S TÍM?**

**Pavel SCHWEINER**

Ostrakizace je sociální proces, při kterém je jedinec nebo skupina jedinců vyloučena nebo izolována z určitého společenského kontextu. V digitálním prostředí se ostrakizace projevuje různými způsoby, například vyloučením nebo izolováním z online komunit, skupin nebo diskuzí. To může probíhat formou blokování, vyhazování ze skupin, reportování nebo šíření negativních zpráv o dané osobě. Ostrakizaci lze často najít jako součást kyberšikany, kdy jsou jedinci záměrně vyloučeni, napadáni nebo šikanováni online, například prostřednictvím nepřátelských zpráv, komentářů nebo sdílením osobních informací.

V digitálním světě může ostrakizace zahrnovat i **veřejný tlak na vyloučení nebo odsouzení jedince nebo organizace** za jejich kontroverzní chování nebo názory. Pro pověst dotčeného subjektu to pak má rozsáhlé důsledky. Offline ostrakizace (vyloučení v reálném světě) bývá často spojena s její digitální formou. Pokud je totiž jedinec vyloučen z online komunity, může to mít dopad i na jeho sociální interakce mimo internet, neboť v dnešní době jsou online a offline světy často propojené.

Ostrakizace vede u postižených jedinců k **psychickým problémům, izolaci a snížené sebeúctě**, ať už se projevuje online nebo offline. V online i offline světě děti často vnímají, že jsou buď „in“, nebo „out“. Pokud nejsou součástí té „in“ skupiny,

---

pak jsou součástí „out“ strany. Podle sociálních psychologů je základní lidskou potřebou být přijímán ostatními. Nikdo nechce být mimo. Proto i když se to stane v online prostředí, člověk pocítí velký dopad.

Ostrakizace může být důsledkem konfliktu mezi jednotlivci nebo skupinami, při kterém jedna strana začne vylučovat členy druhé jako prostředek výkonu moci nebo trestu. Tento fenomén může také vycházet z předsudků, stereotypů nebo diskriminace vůči určité skupině na základě rasy, pohlaví, sexuální orientace, náboženství, sociálního postavení nebo jiných charakteristik. V některých případech ostrakizace slouží jako nástroj pro upevnění moci nebo kontroly nad určitým seskupením lidí. Jedinci, kteří mají vliv a moc, mohou vylučovat jednotlivce nebo skupiny, které by jejich postavení mohly ohrozit.

Z uvedeného se dá domnívat, že postižení kyberšikanou se stávají členy online skupin dychtivěji než ti, kteří ostrakizováni nejsou. Mohou to být například diskusní seskupení nebo chatovací místnosti, nebo i skupiny, které se chtějí pomstít původní skupině. Napojením se na jiný kolektiv se znovu cítí součástí nějaké společnosti, což jim pomáhá zmírnit negativní emoce spojené s ostrakizací. Oběti si pak mohou připadat silné na pomstu.

Ostrakizaci lze vnímat jako **určitý druh agrese totožný s obecnými charakteristikami šikany a kyberšikany**. Ostrakismus často vede k psychickým následkům, jako jsou úzkost, deprese, stres nebo snížená sebeúcta. Nedostatek sociální interakce a podpory může způsobit vážné duševní trápení. Důsledkem fenoménu bývá sociální izolace, při které se oběť cítí vytržena ze svého sociálního prostředí a má potíže s navazováním nových vztahů. Stres a úzkost vyvolané ostrakizací však mohou mít negativní dopady i na fyzické zdraví, včetně zvýšeného krevního tlaku, bolestí hlavy, poruch spánku a dalších zdravotních potíží. V některých případech může ostrakizace vést k tomu, že oběť ve snaze přizpůsobit se očekáváním ostatních potlačuje své vlastní potřeby a touhy. Ostrakismus může prohlubovat sociální rozdíly a konflikty v rámci komunit nebo společnosti s negativními dopady na stabilitu a kohezi. Okrajově může mít jev dlouhodobý vliv na budoucí život oběti, nevyjímaje omezení kariérního rozvoje, obtíže v osobních vztazích a emočním prožívání.

---

Je-li někdo ostrakizován, je nesmírně důležité zakročit a poskytnout mu východisko. Prvním krokem může být projev empatie a nabídka pomoci. Oběť je potřeba přimět, ať se svěří, pak jí naslouchat. Pokud je situace závažná, lze vyhledat podporu u školních psychologů (metodiků prevence), běžných psychologů nebo u jakékoliv důvěryhodné dospělé osoby, které se poškozený dokáže otevřít. Postup řešení je téměř analogický se způsobem zakročení proti kyberšikaně. Určitě je možné vyhledat i různé online poradny ([www.napisnam.cz](http://www.napisnam.cz)) a podpůrné poradenství, např. Linku bezpečí. Podstatné je jednat rychle a efektivně, aby byla oběti poskytnuta nezbytná podpora a zmírnily se negativní dopady ostrakizace. Ostrakismu lze předcházet aktivním zapojením do prevence, například propagací inkluzivního a ohleduplného prostředí ve svém okolí i online prostoru. Podporujme toleranci, diverzitu a respektujme odlišnosti mezi lidmi.

---

pro E-Bezpečí  
Pavel Schweiner  
Univerzita Palackého v Olomouci

