

PŘÍLOHY

1.1.1 Techniky

Popsala bych techniky, se kterými jsem se setkala během zpracovávání této práce a mohu je doporučit.

•Molekuly „Co máme společného“

(Technika funguje jako běžná hra molekuly, nikdo ovšem nevypadává. Účastníci se řadí do skupinek podle toho, co mají společného – podle oblíbené barvy, sportu, atp. Následně se v takto utvořených skupinkách snaží najít alespoň další tři věci, které mají společné. O technice následně diskutujeme)

•Pavučina vztahů

(Všichni sedí v kruhu. Vedoucí někomu z účastníků někomu předá klubko provázku. Kdo má klubíčko ho předá někomu, ke komu má nějaký vztah, komu chce něco vzkázat apod. Každý, ke komu se klubko dostane, se chytí provázku a klubko pošle dál. O vzniklé pavučině je možné dále diskutovat.)

•Vlak důvěry

(Účastníci se rozdělí do malých skupinek. Seřadí se za sebe a všichni zavřou oči, krom toho posledního – to je strojuvůdce, který ostatní řídí. Kdo je první, zvedne ruce, aby měl „nárazníky“ a nebál se, že do něčeho vrazí. Strojvůdce naviguje ostatní po prostoru tak, aby se nesrazil s jiným „vlakem“. Ovšem jen pomocí různých zvuků; nesmí používat slova. O technice se hovoří.)

•Sousoší

(Na začátku se skupina dohodne na jednom tématu /nebo jedno dodá lektor/. Pak vybereme dva dobrovolníky, jeden z nich je sochařem, druhý materiálem. Sochař naaranžuje materiál do nějaké polohy, která odpovídá danému tématu. Následně se k sochaři přidá někdo další a stává se sochařem; původní sochař se stává materiálem. Nový sochař naaranžuje nový materiál do sousoší tak, aby zapadal do celkového schématu. Postupně se takto přidávají všichni. Posledního sochaře již nemá kdo postavit do celkového sousoší a tak se připojí sám, dle svého nejlepšího uvážení. Pak se účastníci opět odpojují – tentokrát od prvního, kdo se stal sochou. O technice diskutujeme.)

1.1.2 Návrh informačního letáčku

Strkáním hlavy do písku se svých potíží nezbavíš

Trápíš se kvůli šikaně?

O šikaně mluvíme, jestliže jeden nebo více spolužáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje jiným. Znamená to, že ti někdo komu se nemůžeš ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci, bije tě, znepříjemňuje ti život i jinak, pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali si tě.

CHYBA: • Není v tobě, ale často ve špatných vztazích celé třídy...

- Ostatní jsou k tvému trápení lhostejní nebo mají strach se tě zastat, nebo se dokonce zlomyslně na tvém neštěstí přizívují...

PAMATUJ: • Nikdo nemá právo ti ubližovat

- Strach obrátit se o pomoc je častý a pochopitelný, ale často bohužel všechno ještě zhoršuje...

OBRAŤ SE: • Na rodiče, výchovného poradce, učitele, ke kterému máš důvěru a svěř se

- Na odborná pracoviště, zařízení

Šikanování!

Co mohou dělat rodiče?

Co je šikanování?

Za šikanování se považuje, když jeden nebo více spolužáků, většinou opakovaně ubližují druhým. V počátku se to děje nenápadně, prostřednictvím různých legrácek a testíků, případně odmítáním, přehlížením, zesměšňováním, pomlouváním. Nastupuje i fyzické násilí.

Následky šikanování

Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem. Utrpení dětí je nepředstavitelné a jeho následky na těle i na duši mohou nést po celý život.

Jak dítě chránit?

Rodičům doporučujeme využít alternativní postup, který reaguje podle toho jak je konkrétní škola připravena šikanování řešit.

Koho kontaktovat?

Obrátit se můžete především na pedagogicky-psychologickou poradnu, která má školu na starost

Kdo poradí, co dělat?

Pomoc online (Internet Helpline)

www.pomoconline.cz

+420 116 111, +420 800 155 155

pomoc@linkabezpeci.cz

Národní centrum bezpečnějšího internetu

www.saferinternet.cz

Poradenská linka pro pedagogy

+420 841 220 220, +420 777 711 439

Úřad na ochranu osobních údajů

www.uoou.cz

+420 234 665 212

posta@uoou.cz

E-Bezpečí

www.e-bezpeci.cz

www.napisnam.cz

info@e-bezpeci.cz

Policie ČR

158

www.policie.cz

1.1.3 Dotazník

Dotazník na Základní škole Petra Strozziho

Za Invalidovnou 579/3

Praha 8

186 00

Informace o škole

Úplný název zřizovatele

Název zřizovatele: Městská část Prahy 8

Název, sídlo

1. Název: Základní škola Petra Strozziho

2. Sídlo: Za Invalidovnou 579/3 Praha 8 186 00

Druh a součásti organizace

1. Součásti organizace: Školní jídelna a Školní družina

Telefony: 284 818 097

Fax: 284 811 094

E-Mail: info@zs-strozziho.cz

WWW: www.zs-strozziho.cz

Ředitelka školy: Mgr. Petra Jehnová

Výchovná poradkyně: Mgr. Olga Vašáková

Dotazník pro žáky 2. stupně Základní školy: ŠIKANA

Instrukce: Zakroužkuj nebo podtrhni odpověď, která je pravdivá. Nepodepisuj se!

Třída:

Jsi: chlapec - děvče

1. Jsi rád (a) v této třídě?

Ano

Ne

Oznámkuj známkou od jedničky do pětky:

1 2 3 4 5

2. Máš ve třídě dobrého kamaráda? (pokud ano jak dlouho)

Ano

Ne

3. Jaké bylo tvoje poslední vysvědčení?

- jedničky a dvojky, případné samé jedničky;

- několik trojek;

- několik čtyřek;

- jedna i více pětěk.

4. Patříš ve vaší třídě do nějaké party?(pokud ano kolik má členů)

Ano

Ne

5. Jakou známku jsi dostal (a) na vysvědčení z chování?

- jedničku

- dvojku

- trojku

6. Byl (a) jsi svědkem toho, že je ubližováno tvému spolužákovi jinými spolužáky ze školy?

Ano

Ne

7. Ubližoval nebo ubližuje někdo ze třídy tobě?

Ano

Ne

8. Jak ti ubližují? (Stačí, když zaškrtněš, co se ti stalo, ale můžeš to popsat i vlastními slovy.)

Ignorování – posměch – pomluvy – ponižování – nadávky – bití – fackování – kopání – rány pěstí

Jinak – jak?

9. Zamysli se a napiš, jak často ti bylo ubližováno:

- Téměř každý den

- Téměř každý týden

- Asi jednou do měsíce

10. Kde se to děje?

Ve třídě - na chodbě - v šatně - na WC - v jídelně - v družině - cestou do školy nebo ze školy - v tělocvičně - na hřišti

Pokud jinde, tak kde?

11. Ten, kdo ti ubližuje, je chlapec, nebo dívka?

Dívka

Chlapec

Kolik je těch, kteří ti ubližují?

1 : 1

2 : 2

3 : 3

Více než 3 : Více než 3

12. Řekl (a) jsi o tom někomu?

Ano

Ne

13. Pomohl ti ten, komu jsi to řekl (a)?

Ano

Ne

14. Myslíš si, že je dobrý nápad požádat o pomoc učitele?

Ano

Ne

15. Byl potrestán ten, kdo ti ubližoval?

Ano

Ne

16. Řekl (a) jsi o tom, že ti někdo ubližuje, rodičům?

Ano

Ne

17. Kdo si myslíš, že by ti nejvíce mohl pomoci a jak?

18. Jsi sám (sama), komu ve třídě nebo ve škole ubližují?

Ano

Ne

19. To, že ti někdo ubližuje, není správné, a jistě myslíš na to, proč tohle trápení máš zrovna ty. Řekli ti, proč ti ubližují? Nebo co si myslíš, že je k tomu vede, aby ti ubližovali?

20. Zkusil (a) jsi se bránit?

Ano

Ne

21. Jak si myslíš, že by měl být potrestán někdo, kdo ubližuje jinému?

22. Ubližuje ti někdo z jiné školy?

Ano

Ne

Jak ti ubližují?

Kolik jich je?

Jak často se to děje?

Dotazník pro žáky 2. stupně Základní školy: KYBERŠIKANÁ

Instrukce: Zakroužkuj, zaškrtni nebo podtrhni odpověď, která je pravdivá. Nepodepisuj se!

Třída:

Jsi: chlapec - děvče

1. Jak často jsi připojen k internetu/pracuješ na počítači?

- 1 x týdně
- Několikrát týdně
- Každý den

2. Kolik času v průměru trávíš denně u počítače?

- Půl hodiny
- Hodinu
- 1-3 hodiny
- Více než 3 hodiny

3. Kolik textových zpráv průměrně pošleš a přijmeš během týdne?

Pošlutextových zpráv (hlavně komu.....). Obdržímtextových zpráv (hlavně od koho.....).

4. Co obvykle děláš na internetu?

- Webové stránky
- Hraní her
- Stahování hudby
- Email
- Umisťování obrázků/videí
- Nástěnku se vzkazy
- Vyhledávání informací
- Sociální sítě
- Chatování
- Skype či ICQ
- další např:

5. Zažil jsi během posledního půl roku: napadání sprostými výrazy, vyhrožování, napadení...?

- Nikdy
- Zřídka (1-3x za půlrok)
- Často (3-6x za půlrok)
- Hojně (2x za měsíc)
- Velmi často (každý týden)
- Denně

6. Zažil jsi během posledního půl roku úmyslné vyřazení své osoby z nějaké činnosti, šíření fám o sobě, bezdůvodné ukončení přátelství?

- Nikdy
- Zřídka
- Často
- Hojně
- Velmi často
- Denně

7. Využil někdo během posledního půl roku nějaké z následujících možností, aby ti vyhrožoval nebo tě ztrapnil?

- Email
- Textové zprávy
- Video o tobě umístěné na internetu
- Interaktivní hra
- Virtuální svět (např.:Second Life)
- Vytvoření nepřívětivé webové stránky o tobě
- Negativní vzkaz na blogu
- Chatová skupina
- Sociální síť
- Nevyužil

8. Jak často?

- Nikdy -přejdi rovnou k otázce č. 11
- Zřídka
- Často
- Hojně
- Velmi často
- Denně

9. Kyberšikana ve mne vyvolala?

- Pocit strachu
- Pocit zlosti
- Pocit frustrace
- Nechuť k jídlu
- Nervozitu
- Problémy se soustředěním se ve škole
- Pocit fyzického onemocnění (bolest břicha, hlavy, krku)
- Problémy se spaním
- Změnu chování k mým přátelům
- Změnu chování doma
- Vyhýbání se škole

10. Jak reaguješ nebo bys reagoval na kyberšikana?

- Řekl jsem šikanujícímu, aby přestal
- Unikl jsem tomu
- Nic jsem neudělal
- Nepřipojoval jsem se k internetu
- Šikanování jsem oplatil
- Svěřil jsem se kamarádovi z internetu
- Svěřil jsem se kamarádovi ze školy
- Svěřil jsem se rodičům
- Svěřil jsem se sourozenci
- Svěřil jsem se učiteli
- Informoval jsem policii
- Zasmál jsem se tomu
- Vymazal jsem útočný materiál
- Zablokoval jsem materiál z internetu
- Změnil jsem si přezdívku
- Vytiskl jsem si důkazný materiál a ukázal ho někomu dalšímu
- Nahlásil jsem šikanování na internetu nebo mobilnímu operátorovi
- Další

11. Urážel jsi ty sám někoho nadávkami, vyhrožováním, napadením během posledního půlroku?

- Nikdy
- Zřídka
- Často
- Hojně
- Velmi často
- Denně

12. Vyřadil jsi během posledního půl roku úmyslně někoho z nějaké činnosti, šířil fámy o někom, bezdůvodně ukončil s někým přátelství?

- Nikdy
- Zřídka kdy
- Často
- Hojně
- Velmi často
- Denně

13. Využil jsi během posledního půl roku některé z následujících možností, aby jsi někomu vyhrožoval nebo někoho ztrapnil?

- Email
- Textové zprávy
- Video o druhém umístěné na internetu
- Interaktivní hra
- Virtuální svět
- Vytvořil jsem webové stránky o druhém člověku
- Negativní vzkaz v blogu
- Prostřednictvím chatu
- Přes sociální síť
- Nevyužil

14. Jak často jsi výše uvedeným způsobem šikanoval?

- Nikdy
- Zřídka
- Často
- Hojně
- Velmi často
- Denně

15. Byl jsi svědkem kyberšikany během posledního půl roku?

- Nikdy
- Zřídka
- Často
- Hojně
- Velmi často
- Denně

16. Jaký je tvůj postoj ke kyberšikaně?

- Kyberšikana je vážnější než šikana (tváří v tvář)
- Kyberšikana je akceptovatelnější než šikana (tváří v tvář)
- Oběti kyberšikany jsou obvykle šikanováni bezdůvodně
- Kyberšikana je zábava
- Je jednodušší se zbavit kyberšikanování než školního šikanování tváří v tvář
- Kyberšikanující jsou super
- Oběti šikany si o to samy říkají
- Následky kyberšikany nejsou tak vážné jako šikany tváří v tvář
- Kyberšikanující žárlí na své oběti
- Kyberšikanující obvykle šikanují i ve škole
- Necítil bych se dobře, kdybych někoho kyberšikanoval
- Kyberšikanování je vzrušující
- Pokud bych někoho kyberšikanoval, necítil bych se vinně
- Myslím si, že kyberšikanování je legrace a rád se tomu zasměju se svými přáteli
- Kdybych zjistil, že je někdo obětí kyberšikany, pokusil bych se to zastavit
- Oběti kyberšikany jsou slabé, bezmocné
- Oběti kyberšikany jsou obvykle i ve škole
- Kyberšikanování je anonymní, proto šikanují

Dotazník pro rodiče

Z odpovědí vyberte takovou, která se podle Vašeho názoru nejvíce blíží skutečnosti. Odpověď zakroužkujte.

1) Jste otec, matka dítěte nebo někdo jiný? zakroužkujte

2) Jak posuzujete vztah a vstřícnost vyučujících k žákům?

výborný

dobrý

s nedostatky

neuspokojivý

3) Jak hodnotíte přístup "školy" k Vašemu dítěti?

výborné

dobré

s nedostatky

neuspokojivé

4) Jak hodnotíte pomoc, kterou nabízí učitelé Vašemu dítěti, když má problémy?

výborná

dobrá

s výraznými rozdíly

neuspokojivá

5) Těšilo se někdy Vaše dítě do školy?

stále

občas

málokdy

vůbec

6) Jaká je dostupnost potřebných informací ve škole?

výborná

dobrá

s výraznými rozdíly

neuspokojivá

7) Jaká je atmosféra při informačních schůzkách?

taktní a podnětné

s výraznými rozdíly

málo taktní

nevhodné

8) Jaká je, podle Vašeho názoru, činnost školy celkově? Nabízíte nějaké řešení k změnám vztahu k dětem, rodičům, ke škole?

výborná

dobrá

s nedostatky

špatná

9) Víte něco o problému šikany a kyberšikany?

Ano

Ne

10) Pokud ano, dokázali byste problém vyřešit sami doma nebo byste se na někoho obrátili – na koho?

.....

1.1.4 Abeceda kyberšikany

ABECEDA KYBERŠIKANY

DEFINICE KYBERŠIKANY

Úmyslné, opakující se a hlavně nepřátelské chování, jehož cílem je ublížit oběti za použití informačních a komunikačních technologií.

Abeceda kyberšikany – A, B

A gresoři nejsou nutně starší a fyzicky silnější než jejich oběti

B ude-li agresor chtít, může si oběť vybrat náhodně i záměrně

Abeceda kyberšikany - C



C okoli, co oběť uráží, zesměšňuje ... a je šířeno pomocí informačních a komunikačních technologií nazýváme kyberšikanou

Abeceda kyberšikany - D



D omov býval u klasické šikany místem, kde byla oběť v bezpečí, u kyberšikany tomu tak není

Abeceda kyberšikany - E



E semesky, telefony, prozvánění...to vše výhrůžného charakteru

Abeceda kyberšikany -F



F ilmování prostřednictvím digitální kamery, digitálního fotoaparátu, či mobilním telefonem- to jsou praktiky agresora

Abeceda kyberšikany - G

G lobálně vzato spíše než fyzická síla a stáří agresorů rozhodují dobré znalosti informačních a komunikačních technologií

Abeceda kyberšikany - H

H romadné ublížení více obětem najednou nemusí být výjimkou, informační a komunikační technologie to umožňují

Abeceda kyberšikany - CH

■ **CH**

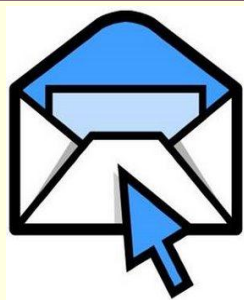
ce-li agresor činit oběti to, na co by si v reálném světě netroufl, zneužije světa virtuálního

Abeceda kyberšikany - I

■ **I**

nternet, mobilní telefon dokáže narušit soukromí oběti kdykoli a kdekoli, oběť si nikde a nikdy nemůže být jistá v podstatě nemá šanci uniknout

Abeceda kyberšikany - J

■ **J**

ménem oběti jsou rozepisovány za pomoci poštovního programu oběti obtěžující, vulgární a zesměšňující zprávy, foto, videa...

Abeceda kyberšikany - K

■ **K**

yberšika na poskytuje agresorům anonymitu

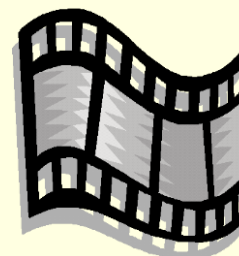
Abeceda kyberšikany - L, M, N

■ **L** idé, rodiče, pedagogové nejsou dostatečně obeznámeni s možnostmi a riziky technických vymožeností

■ **M** nohdy oběť netuší, kdo jí ubližuje

■ **N** evídí se agresorům do tváře (jsou schováni v anonymitě)

Abeceda kyberšikany - O

■ **O**

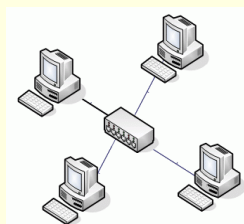
běť si urážlivá slova, videa, foto prohlíží opakovaně, neustále dokola, vše se zdá mnohonásobně konkrétnější a skutečnější než slova mluvená

Abeceda kyberšikany -P

■ **P**

osílání vulgárních, krutých či výhrždných e-mailových zpráv oběti

Abeceda kyberšikany -R

■ **R**

ozesílání obrázků, videí ...spolužákům po síti online za účelem , aby hlasovali o osudu oběti a hromadně uráželi oběť

Abeceda kyberšikany - Ř



- **Ř**ešení
kyberšikany je složitá, obecně platí naučit se říci o pomoci škole, rodičům,
- kamarádovi, policii,
 - odborníkům etopedům, nezůstávat s problémem sám.

Abeceda kyberšikany - S

- **S**nadnější kořisti agresorů jsou děti, oběti závislé na počítačích a mobilních telefonech

Abeceda kyberšikany - Š



- **Š**ikana
klasická není tak zrádná jako kyberšikana

Abeceda kyberšikany - T

- **T**ím, že agresor umístí foto, videa.. na weby či sociální sítě, tím se zvyšuje nejen okruh lidí, kteří toto počínání shlédnou, ale i těch, kteří se mohou k tyranizování přidat

Abeceda kyberšikany - U



- **U**místění
(byť jediné) foto, videa, textu na webové stránky či sociální sítě si prohlédne obrovské množství lidí (teoreticky se tam může podívat kdokoli)

Abeceda kyberšikany - V, W

- **V**ytváření webových stránek, na kterých se objevují karikatury, obrázky, fotografie, vtipy, příběhy, písně, básně, které oběť ponižují a zesměšňují
- **W**ebové stránky, kde agresor vystavuje pornografické fotografie s tváří oběti

Abeceda kyberšikany - X

- **X**enofobie (strach z cizího a neznámého) může i zde zapustit své kořeny a vést za pomoci informačních a komunikačních technologií k šíření rasismu a podobně

Abeceda kyberšikany - Y



- **Y**ouTube, MySpace... jsou stránky, kam si prakticky kdokoli může cokoli umístit (foto, videa..) bez kontroly a také zde bez kontroly může kdokoli cokoli shlédnout

Abeceda kyberšikany - Z

- **Z**avěšování zesměšňujících videí na sociální sítě (např. YouTube)

Závěr

- Miliony dětí i dospělých na celém světě využívají internet a mobilní telefony, vyhledávají data, vytvářejí online komunity, obchodují, baví se, hrají hry, stahují filmy a hudbu.
- Každodenně vstupují do světa neomezených možností a způsobů seberealizace. Díky ohromnému množství uživatelů se také stále více dostávají do kontaktu s různými osobnostmi, lidmi s různými názory, problémy a emocemi.
- Na rozdíl od klasické šikany se kyberšikana odehrává ve virtuálním prostoru mimo učitelskou, rodičovskou a veřejnou kontrolu, a tak roste počet případů, kdy mohou agresoři svým obětem beztrestně ubližovat.

1.1.5 Šikana - letáky

CO MÁM DĚLAT, KIDYŽ ...

...JSEM SVĚDKEM
ŠIKANY

VŽDYCKY BYS MĚL

OBĚTI šikany POMOCI, a to tak, že si své SVĚDECTVÍ nenecháš pro sebe, ale NĚKOMU o tom, cos viděl, POUKÁŽEŠ.

...MĚ NĚKDO ŠIKANUJE? Vždycky ...

... měj na paměti, že **NENÍ PRAVDA**, že to nikdo z dospělých **NEPOCHOPÍ**. **POŽÁDEJ JE O POMOC** - je to totiž to nejlepší, co můžeš udělat. Pokud se **STYDIŠ**, požádej o pomoc **KAMARÁDY** nebo **SOUROZENCE**, kteří o tvém **TRÁPĚNÍ** dospělým **ŘEKNOU**.



KOMU SE MŮŽU SVĚŘIT? Můžeš ...

... zajít za svými **KAMARÁDY**, **RODIČI** nebo **UČITELI**, ale také se můžeš obrátit na různé **ORGANIZACE**, které vědí nejlépe, **JAK TI POMOCI! PŘEKONEJ STRACH** a zavolej nebo napiš těm, kteří **MOHOU**, **CHTĚJÍ** A **DOVEDOU POMOCI**...

SPOLEČENSTVÍ PROTI ŠIKANĚ
Tel.: 606 118 199 nebo 737 436 120
www.sikana.org

LINKA BEZPEČÍ
800 155 555

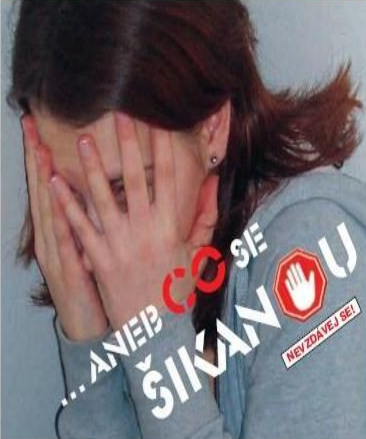
KDO JSME MY? Jsme studenti ...

... sestý B, Gymnázia Horní Počernice a dlouhodobě se zabýváme **PROBLÉMEM ŠIKANY NA ŠKOLÁCH**.

Více informací najdeš na: www.sikana.wz.cz
RÁDI TI POMŮZEME!



NENECH SI UBLIŽOVAT ...



... ANEB **ŠIKANU SE**
NEVZDAVEJ SE!

AHOJ, právě čteš letáček, ze kterého se můžeš **DOZVĚDĚT NĚCO MÁLO** o tak závažném problému jako je **ŠIKANA**.

DOUFÁME, ŽE TI POMŮŽE



s případnými **PROBLÉMY...**

ŠIKANA JE, když jeden nebo více žáků **ÚMYSLNĚ**, většinou opakovaně **UBLIŽUJE DRUHÝM**.



NEVZDAVEJ SE!

ZNAMENÁ TO, že někdo, komu se **NEMŮŽEŠ UBRÁNIT**, **TI ubližuje a PONIŽUJE TĚ**. Například do Tebe schválně **STRKÁ**, oškívá **TI NADÁVÁ**, schovává věci, **NAVÁDÍ** spolužáky, aby se s Tebou ne bavili nebo **TĚ BIJE ...**



NEVZDAVEJ SE!