



Umím říci NE!

★ Anotace

Aktivita prostřednictvím hry posílí schopnost žáků bránit se šikaně na internetu a v mobilních sítích. Podporuje asertivní obranu žáka a seznamuje ho s různými možnostmi, jak se zachovat v obtížných situacích. V hlavní části aktivity skupiny žáků procházejí trasu se stanovišti a na každém rozhodují, jaké jednání by v situaci popsané na stanovišti bylo nejsprávnější. Učitel žáky v aktivitě doprovází, hlídá dodržování pravidel a poté vede závěrečnou reflexi a vyhodnocení.

★ Vzdělávací cíl

Žák pozná různé varianty jednání v situacích, které mohou být začínající nebo rozvinutou kyberšikanou. Uvědomí si, že předpokladem zvládnutí těchto situací je určité sebeprosazení a rozumný nadhled. Přemýšlí, jak by sám v situaci postupoval, a poznává, co by udělali jiní žáci.

★ Klíčová slova

kyberšikana, asertivita, sebeobrana, sebeprosazení, bezpečí na internetu, hra

★ Popis činnosti

- Žáci se rozdělí do skupin a seznámí se s trasou i pravidly hry. Rozdáte vše potřebné pro hru a vysvětlíte pravidla. Zodpovíte případné dotazy. Po krátké přípravě žáci zřídí své stanoviště a vyrazí ve skupinách řešit úkoly na dalších stanovištích.
- Služba na stanovišti zadává po celou dobu úkol žákům z ostatních skupin. Učitel sleduje hru, může ji dokumentovat, upozornit na některá pravidla a pohlídat čas na ukončení hry.
- Po návratu žáků do třídy probíhá reflexe hry a její vyhodnocení. Služby zjistí nejčastější odpovědi na jejich úkol, proběhne diskuse k jednotlivým možnostem a určí se úspěšnost skupin.

★ Předpokládaný čas

60 minut (do 40 minut příprava a hra, 20 minut vyhodnocení)

★ Potřebné pomůcky

- předem promyšlený (případně i zakreslený) plán stanovišť
- pro každou skupinu přílohy Karty možností, Záznamový arch a Pravidla hry (list pro žáky)
- pracovní materiál Zadání pro stanoviště 1 až 7 – každá skupina má jiné (list pro žáky)
- sedm razítek pro identifikaci stanoviště nebo sedm různobarevných fixů/pastelek
- sedm školních židliček (půjčí se ze třídy)
- sedm obálek, alespoň velikosti A5
- příloha Návrh hodnocení (list pro učitele)



Doporučený postup pro učitele

★ Příprava

- Vytiskněte podklady (po jednom kuse každou variantu Zadání pro stanoviště, sedmkrát Záznamový arch, Karty možností a Pravidla hry). Zadání pro stanoviště, kartičky i pravidla hry je možné zalaminovat.
- Připravte ostatní pomůcky (obrázková razítka nebo sedm různých odstínů fixů či pastelek, sedm obálek A5, alespoň troje nůžky na rozstřihání karet žáků).
- Seznamte se s přílohou Návrh hodnocení a promyslete si, jak byste sami řešili jednotlivé situace.
- Promyslete si trasu hry. Nejvhodnější je hrát ji na jednom školním patře, hrát lze ale také na výletě, na školním hřišti apod. Přesun mezi stanovišti nesmí být delší než 30–40 vteřin. Při konání uvnitř třídy či v jiném malém prostoru by se skupiny u jednotlivých stanovišť příliš rušily. Trasa zahrnuje šest až sedm stanovišť (podle počtu skupin). Umístění stanovišť můžete nakreslit na tabuli nebo na jiné volně dostupné místo.
- Předběžně si rozmyslete, kolik skupin vytvoříte. Ideální jsou alespoň tříčlenné skupiny; vzniknout by mělo šest až sedm skupin. U malých tříd můžete buď vytvořit skupiny po dvou žácích, nebo libovolné dvě situace určit žákům k vyřešení doma, v diskusi s rodiči. Při rozdělení skupin využijte například toho, jak žáci sedí.
- Pokud potřebujete vědět více o kyberšikaně, projděte si zdroje uvedené v listu pro rodiče.

★ Zahájení

- Rozdělte žáky do skupin a poté jim rozdejte podklady a pomůcky. Popište žákům náplň hodiny a rozvrhněte čas (klíčové časy – příprava, průchod trasou, vyhodnocení – můžete zapsat na tabuli). Představte žákům trasu hry a přiřadte skupiny k jednotlivým stanovištím.
- Při vysvětlení pravidel je podstatné zmínit, že správně může být více odpovědí a že žolík umožňuje buď zvolit libovolnou reakci z již použitých, nebo si vymyslet další, nepopsané řešení. Na stanovišti může být vždy jen jedna skupina.
- Počkejte, až si žáci rozstřihnou karty možností a rozdělí role služby (jeden člen skupiny) a vyslanců (procházejí trasu). Jeden z vyslanců také sleduje čas a vyzve k odchodu do třídy.
- V rámci nácviku by skupiny měly zkusmo vyřešit úkol, který budou zadávat ostatním skupinkám. Odpověď ale nikam nezapisují, ani nepoužijí žádnou z karet možností. Zodpovězte případné dotazy.

★ Průběh

- Sledujte průběh hry. Můžete hru dokumentovat fotoaparátem, sledovat dodržování pravidel (jen jedna skupina na stanovišti ap.). Podle potřeby nejspíše po 30 minutách vyzvěte žáky k odchodu do třídy.

★ Ukončení

- Po hře ve třídě požádejte služby ze stanovišť, ať zjistí, které dvě odpovědi byly u jejich situace nejčastější. Zároveň určí nejméně obvyklou odpověď.
- Služba vždy připomene, o jakou situaci se jedná. U dvou nejčastějších řešení porovnejte s žáky, jaké výhody má každé z řešení, resp. proč by se pro dané řešení rozhodli nebo případně nerozhodli. U nejméně častého řešení okomentujte, zda je skutečně nevhodné, nebo zda by také přicházelo v úvahu.
- Vždy sdělte, kolik si mají skupiny zapsat bodů za řešení situace. Pokud žádná skupina nezvolila vhodné řešení, situaci okomentujte. U situací navržených skupinou s využitím žolíku určete počet bodů následujícím způsobem:
 - 2 body** – řešení vynikající
 - 1 bod** – řešení přijatelné
 - 0 bodů** – nepřijatelné řešení
 - 3 body** – negativní řešení
- Pokud jste nevyužili některé ze sedmi situací kvůli menšímu počtu žáků, vyzvěte žáky, ať se o správném chování v těchto situacích zkusí pobavit doma s rodiči. Na další hodinu pak mohou říci, k jakým závěrům došli.



- Diskusi vedte v duchu následujících zásad, která určují, jaké řešení je správné:

- Nikdy se neoplácí stejnou mincí, silou nebo přenesením šikany dál!
- Jednorázovou drobnost či provokaci je lepší neřešit, nereagovat.
- Vážnější či opakované projevy je vhodné řešit, nenechat bez odezvy.
- Správná řešení pracují s konkrétními fakty (kdo šikanuje, kdy, jak, motivy).
- Významnější je bezpečí šikanovaného než ohledy na šikanujícího.
- Šikanovaný má právo se obrátit o pomoc na druhé a nezůstat sám.
- Nesprávná jsou řešení, která (sebe)poškozuji šikanovaného.
- Šikanu není vhodné banalizovat či přehlížet: „to nic není“, „klukovina“.
- Nejste zloděj auta, pokud si ho nezamknete – šikanovaný není viník!
- Správné řešení umožní svěřit se tomu, komu žák věří.

Otázky k reflexi

- Překvapilo žáky některé z řešení situací navržených v kartách?
- Dostali se žáci někdy do situace podobné či blízké těm popsaným?
- Slyšeli o někom, kdo by se dostal do podobné situace?
- Které z žolíkových řešení považují za nejdůvtipnější?
- Která dvě řešení by se nejvíce zdráhali použít (mimo vysloveně negativních)?
- Kterých karet by chtěli mít ve hře víc a použít je častěji?
- Které z řešení se pokusí si zapamatovat a případně uplatnit?



Příloha 1 Návrh vyhodnocení

Obvyklý názor je ten, že vhodné kroky v situacích šikany se odvozují vždy od konkrétních okolností a podmínek případu šikany. V následujícím návrhu hodnocení budeme jednotlivá řešení v souladu s naším nejlepším přesvědčením. Nevylučujeme, že v konkrétních případech by se z výše uvedených důvodů nejlepší řešení mohlo lišit od našeho hodnocení. Vzhledem k věku a všeobecnému přehledu žáků mírně zvýhodňujeme také řešení, která objektivně nemohou pomoci, ale jsou určitým krokem k získání pomoci (např. dotaz na poskytovatele služby, přestože lze očekávat, že prosbě nevyhoví, jako je tomu v 1. situaci).

Možné odpovědi (z karet)

- A** zavolat provozovateli internetové nebo mobilní služby a poprosit o pomoc
- B** otevřeně ukázat, že mám víc síly než útočník
- C** poradit se s rodiči
- D** důrazně sdělit, že tě téma nezajímá a nebudeš se o něm bavit
- E** zavolat na linku důvěry, svěřit se a poradit
- F** oplácit stejnou mincí, anonymně udělat totéž útočníkovi nebo někomu jinému
- G** zavolat na policii a vše jim popsat
- H** nevímat si toho, pustit to z hlavy; ono je to přejde
- I** probrat celou událost s důvěryhodným učitelem
- J** Žolík
- K** nechat se na několik dní omluvit ze školy, snad se na to zapomene
- L** poslechnout a vyhovět požadavkům, ten druhý má mnohem silnější pozici
- M** smazat vše, co se situace týká a co mohu smazat (mé i cizí komentáře, videa, fotky, texty...)
- N** vypnout počítač nebo mobil, případně zablokovat volání a zprávy od dotyčného; dál nic nedělat
- O** vysvětlit druhému nebo lidem kolem sebe situaci a dále už nic neřešit

Jednoznačně hodnocené varianty odpovědí

Pokud se kdekoliv u skupiny objeví řešení **B** (použití síly), **F** (oplácení stejnou mincí), **K** (absence ve škole) nebo **L** (podvolit se nátlaku), za každé jejich použití si skupina odečte **3 body**. Jedná se o sebepoškozující nebo šikanu přenášející řešení.

Pokud se kdekoliv u skupiny objeví řešení **C** (poradit se s rodiči) nebo **E** (zavolat na linku důvěry), za každé jejich využití si skupina přičte bez ohledu na situaci **2 body** (jedná se o řešení, ve kterém žák požádá o pomoc důvěryhodnou osobu a nezůstává na obtížnou situaci sám; řešení je přitom relativně univerzálně použitelné).

Kromě těchto možností jsou odpovědi hodnoceny takto:



Hodnocení ostatních odpovědí u jednotlivých situací

★ 1. situace

Situace se týká nežádoucí digitální stopy, kterou za sebou lidé na internetu zanechávají. V tomto případě je stopa tvořena jinou osobu, která má ale shodné jméno a příjmení s žákem nebo žákyní. O šikanu se nejedná.

2 body:

O (situaci stačí vysvětlit);

H (nevšímat si toho; asertivní řešení vhodné proto, že se jedná o relativní drobnost)

1 bod:

A (požádat o pomoc provozovatele internetové služby; YouTube sice nezmění název účtu jen proto, že se jmenuje stejně jako žák, ale jedná se o řešení, kdy dítě na problém nezůstává samo)

D (dát najevo, že vás téma nezajímá)

0 bodů:

G (zavolat na policii)

N (vypnout počítač)

M (vše smazat; u cizích videí nelze mazat komentáře jiných uživatelů)

★ 2. situace

Protože je situace v zadání popsána jako jednorázová, může se jednat o pouhé zkusmé volání, omyl, nechtěné volání apod. Na závěry, zda se jedná o šikanu, je ještě brzy.

2 body:

N (vypnout mobil; důrazněji by se situace měla řešit, až pokud by se volání častěji opakovalo)

1 bod:

D (dát najevo, že vás volání nezajímá)

H (nevšímat si toho; nevyřeší opakovaná volání, ale jasně dá najevo, že si žák nemá chuť s někým neznámým volat)

I (probrat událost s důvěryhodným učitelem; nevyřeší opakovaná volání, má ale smysl, pokud by žák věděl, že volá někdo ze spolužáků apod.)

0 bodů:

G (zavolat na policii)

M (vše smazat)

★ 3. situace

Situace připomíná vážnější případy šikany. Část „útočníků“ si možná ani neuvědomuje, že Jirkovi ubližují, část již možná ubližuje záměrně. Obsah videa sice není zas tak závažný, přesto může Jirkovi ublížit a trápit jej. Situaci je nutné řešit.

2 body:

I (probrat událost s důvěryhodným učitelem; jde o rozvinutou šikanu, řešení se školou je vhodné)

1 bod:

D (dát najevo, že vás video nezajímá)

H (nevšímat si toho; šlo by užít, kdyby byl žák dostatečně psychicky odolný; při takto vážné situaci, která oběť trápi, je již spíše neadekvátní)

G (zavolat na policii; mohlo by přicházet v úvahu);

0 bodů:

M (vše smazat)

N (vypnout mobil)

O (zavolat mobilnímu operátorovi)



★ 4. situace

Relativně běžné, ale hodně „nečestné“ chování v komunikaci, kdy se dva lidé baví/přísí o třetím, který není přítomen a nemůže se bránit. Nejlepší kamarádka si neuvědomuje, že sama pomlouvá. Příznakem opravdové šikany by bylo záměrné šíření pomluv do více stran, jejich systematickosti, zapojení více lidí do pomluv. Nejlepší bude nedělat nic a počkat si až na osobní setkání s Luckou, pak se určitě ukáže, o co jde.

2 body:

H (nevšímat si toho)

D (dát najevo, že vás to nezajímá; asi nejadekvátnější řešení)

1 bod:

I (probrat událost s důvěryhodným učitelem; u tak drobného problému je to možná předčasné řešení)

M (smazat vše, co se situace týká; má blízko k řešením D a H)

0 bodů:

A (zavolat mobilnímu operátorovi)

G (zavolat na policii)

N (vypnout mobil).

Řešení O (vysvětlit druhému situaci) obodujte podle toho, jak ho žáci vysvětlí.

★ 5. situace

Zřízení falešných profilů či blogů, které se tváří, že jsou dílem šikanovaného, patří mezi pokročilé techniky šikany. Šikanovanému může hodně ublížit.

2 body:

A (zavolat provozovateli internetové služby; pravděpodobně se jedná o situaci zfalšované identity, kterou lze řešit s provozovatelem blogu nebo stránky)

I (probrat událost s důvěryhodným učitelem)

G (zavolat na policii; vzhledem k přímocarosti útoku může přicházet v úvahu)

1 bod:

D (dát najevo, že tě to nezajímá)

H (nevšímat si toho)

O (vysvětlit ostatním, že jde o falešný blog; všechna jednobodová řešení by připadala v úvahu v případě psychicky odolného a sebejistého dítěte, ale vzhledem k tomu, že jde o přímocarý útok, je vhodné situaci řešit rázněji a konkrétně)

0 bodů:

M (vše smazat)

N (vypnout počítač)

★ 6. situace

Každý máme různá tajemství, i když ve skutečnosti nemusí jít o nic hrozného. Jejich prozrazení může hodně ublížit. Popsaná situace se pohybuje na hraně snahy ublížit a přímocarého vydírání.

2 body:

I (probrat událost s důvěryhodným učitelem)

G (zavolat na policii; jde o vydírání)

A (zavolat provozovateli internetové služby; ve spolupráci s policií by mohl zjistit, odkud byl e-mail odeslán)

1 bod:

D (dát najevo, že tě to nezajímá)

H (nevšímat si toho; řešení pro psychicky silného žáka, který je se situací srovnaný, to však není případ z našeho příkladu)



0 bodů:

M (vše smazat)

N (vypnout počítač; informaci již útočník má, smazání e-mailu nebo vypnutí počítače nic neřeší)

Řešení O (vysvětlit situaci druhému/lidem kolem sebe) obodujte podle toho, jak ho žáci vysvětlí.

*** 7. situace**

Vyřazení ze skupiny v sociální síti je podobné vyřazení z party. Pro „zavrženého“ může být traumatizující, pokud chybí jasný či pravdivý důvod či vysvětlení. Vyvolává pocity viny. Na druhou stranu, lásku a přátelství si nelze vynutit, a tak situace volá nejvíce po řešeních, která umožní zamýšlení nad situací, žáka povzbudí a dodají mu sílu situací projít. Dobré je zkusit požádat o vysvětlení.

2 body:

O (vysvětlit druhému situaci; získat vysvětlení by byl dobrý první krok)

I (probrat událost s důvěryhodným učitelem)

1 bod:

H (nevšímat si toho; řešení pro psychicky silného žáka)

0 bodů:

A (zavolat provozovateli internetové služby)

G (zavolat na policii)

M (vše smazat)

N (vypnout počítač)

D (dát najevo, že tě to nezajímá)