



Bezpečně
v kyber!

„Bezpečně v kyber! představuje cílové skupině přehledným a srozumitelným způsobem klíčová témata spojená s online bezpečností. Věnuje se novým fenoménům, které jsou s online světem spojeny, pozornost cílí na fenomény spojené s kybernetickou šikanou, online seznamováním, dotýká se však také problematiky online závislostí a zdravého životního stylu spojeného s užíváním online služeb a nástrojů. Text lze doporučit každému, kdo se potřebuje rychlým a srozumitelným způsobem seznámit se světem rizikové internetové komunikace.“

doc. Mgr. Kamil Kopecký, Ph.D.
Univerzita Palackého v Olomouci

Obsah

Informace & pokyny	6
Vítáme Vás!	7
Charakteristika online kurzu	7
Struktura obsahu	7
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje	9
FAQ: Vše o kurzu	9
Doporučení: Bezpečnostní doporučení pro bezpečný pohyb v kybersvětě	9
Rizikové chování v kyberprostoru	10
Rizikové chování, nebo sociálně patologické jevy?	11
Typologie rizikového chování	11
Kde se bere rizikové chování?	12
Specifika online prostředí	12
Sociální síť	13
Sociální síť mezi dětmi a mladistvými	14
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje	14
FAQ: Co je Meme?	14
FAQ: Jak funguje právo na zapomnění?	14
Doporučení: „Desatero“ bezpečného užívání sociální sítě	15
Úkol: Sociální síť TikTok	16
Zdroje	16
Závislosti	17
Netolismus a jeho projevy	18
Netolismus	18
Původ závislostí	19
Vznik netolismu	20
Projevy netolismu	21
Prevence a řešení	22
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje	23
FAQ: Vedou online hry ke gamblingu?	23
FAQ: Co je návodné chování?	23
Doporučení: Aplikace proti digitálnímu stresu	24
Doporučení: Programy pro rodičovskou kontrolu	24
Úkol: Zakázat telefony ve škole?	24
Zdroje	25



Příběh	27
Sexting	27
Rizika sextingu	28
Původ sextingu	29
Právní přesah	30
Prevence	30
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje	31
FAQ: Co jsou intimní fotografie a videa?	31
Doporučení: Rizika sextingu	31
Doporučení: Desatero bezpečného chování	31
Úkol: #SayNo!	31
Zdroje	32
Kybergrooming	33
Příběh	34
Kybegrooming	34
Vznik kybergroomingu	35
Prevence	36
Právní přesah	36
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje	37
Úkol: Video Kybergrooming	37
Úkol: #martyisdead	37
Doporučení: Jak prověřit osobu na internetu?	37
Zdroje	38
Kyberstalking	39
Příběh	40
Kyberstalking	40
Motivace kyberstalkingu	40
Právní přesah	41
Prevence	41
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje	42
FAQ: Jaké jsou typy (kyber)stalkerů?	42
Doporučení: Jak reagovat na nevyžádané telefonáty?	42
Úkol: Další případy kyberstalkingu	42
Zdroje	43
(Kyber)šikana	44
Příběh	45

Kyberšikana	45
Specifika kyberšikany.....	46
Formy kyberšikany.....	46
Právní přesah.....	47
Prevence.....	48
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje.....	49
FAQ: Jaký je rozdíl mezi kyberšikanou a jednorázovým útokem?	49
FAQ: Co je HappySlapping?	49
Úkol: Videa o kyberšikaně	49
Zdroje	50
Agrese, sociální bubliny a hate speech.....	51
Příběh	52
Agrese na internetu.....	52
Sociální bubliny.....	53
Hate speech.....	53
Právní přesah.....	54
Prevence.....	55
Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje.....	56
FAQ: Sociální bublina jako „komnata ozvěn“?	56
Úkol: Snímek Maturant.....	56
Zdroje	57
Shrnutí.....	58
Kde hledat pomoc?.....	59
Spolupracujte s ostatními preventisty!.....	60
Naše další materiály a zdroje.....	61
Závěr.....	62



informace & pokyny

Vítáme Vás!

Kyberšikana, kybergrooming, kyberstalking... Mnoho nových pojmu, situací i případů, s nimiž se můžete setkat. Kyberprostor se stal každodenní součástí našich životů. Všichni zde trávíme mnoho času, v práci i ve volném čase. Čistě offline život si dnes představíme už jen těžko. Stejně jako v reálném životě, i v online světě na nás může čekat řada nástrah a nebezpečí.

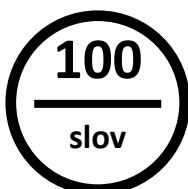
A nebezpečí číhá na všechny – děti, rodiče i seniory. Rizika však často vycházejí z nedostatečné informovanosti a povědomí o aktuálním dění. **Tento online kurz jsme připravili pro Vás – školní metodiky prevence, pracovníky v oblasti prevence a všechny liniové pracovníky – aby Vám pomohl lépe se orientovat v záplavě kyber rizikových pojmu i jevů a v úspěšné kyber prevenci (nejen) na školách.**

Kurz jsme se snažili připravit Vám „na míru.“ Jsme si vědomi toho, že jako školní metodikové prevence, preventisté nebo linioví pracovníci máte mnoho práce, školení či kurzů, kterými si musíte projít. Proto je kurz stručný, ale přináší potřebné základy a znalosti.

Charakteristika online kurzu



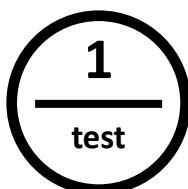
Máte před sebou 7 okruhů, z nichž je každý zaměřen na jinou oblast rizikového chování v kyberprostoru.



Každý studijní text se snažíme dostat do pouhých 100 slov. Téměř zde nenarazíte na žádné složité technické termíny.



Tolik času zabere zvládnout celý náš kurz při jeho pečlivém prostudování. Není tak problém jej zvládnout celý najednou.

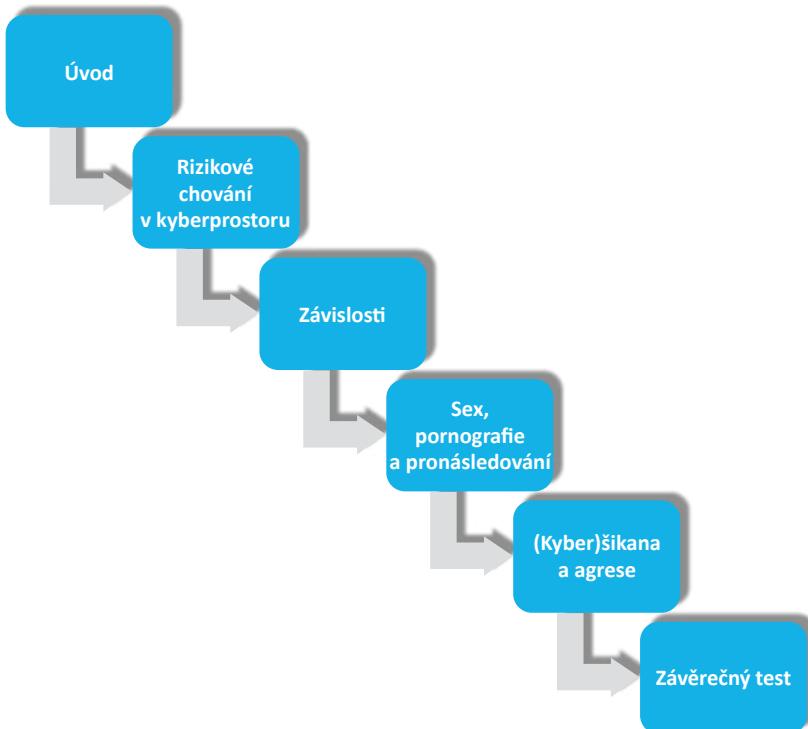


Na konci kurzu Vás čeká finální test, ve kterém si prověříte Vámi nabýté znalosti.

Struktura obsahu

Obsah online kurzu má pevnou strukturu a skládá se ze 7 okruhů. Každý okruh je poté vnitřně rozdělen do dílčích témat, která jsou uvedena krátkým příběhem z praxe. **Poté následuje hlavní studijní obsah, jehož části definují daný tematický okruh. Dílčí téma se také věnují možnostem prevence, případně i přesahu rizikového chování. Otázky, které v daném tématu vyvstávají, jsme se pokusili pokrýt a zodpovědět v části FAQ (často kladené otázky).** Pokud budete mít větší zájem o dané téma, na konci každé kapitoly naleznete sbírku rozšiřujících vzdělávacích materiálů, které lze využít k prohloubení znalostí. **Rozšiřující materiály jsou k dispozici pouze v online kurzu.**

Závěrečný test se skládá ze znalostí hlavních studijních textů a často kladených otázek (FAQ). V testu nenaleznete nic, co není přímo uvedeno v našem kurzu. Po absolvování závěrečného testu získáte certifikát, který slouží jako osvědčení o absolvování.



Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

FAQ: Vše o kurzu

Jak dlouho mi platí zápis do online kurzu?

Jeden kalendářní měsíc od data zápisu.

Jak vypadá závěrečný test?

Závěrečný test obsahuje pouze informace, které se nacházejí v hlavním studijním textu a FAQ.

Kolik mám pokusů na závěrečný test?

Celkem tři. Po prvním neúspěšném pokusu máte další dvě možnosti.

Kolik bodů potřebuji ke splnění závěrečného testu?

Pro úspěšné splnění testu a získání certifikátu potřebujete dosáhnout alespoň 14 bodů z 20.

Dostanu nějaké další informace k testu?

Ano, po spuštění testu obdržíte instrukce k jeho vyplnění.

Musím procházet kurzem postupně?

Jednotlivé kapitoly není nutné procházet postupně, nicméně pro lepší pochopení téma-
tu doporučujeme projít kapitoly tak, jak jdou za sebou.

Doporučení: Bezpečnostní doporučení pro bezpečný pohyb v kybersvětě

Pokud si chcete připomenout zásady bezpečného chování na internetu – jak mít správně nastavené heslo, jak se chovat na sociálních sítích a co (ne)sdílet tak se můžete podívat na naše [Doporučení pro bezpečný pohyb v kybersvětě](#).

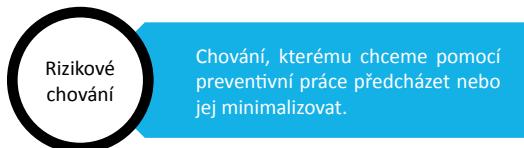
Rizikové chování v kyberprostoru



Rizikové chování, nebo sociálně patologické jevy?

Rizikové chování, nebo sociálně patologické jevy? Často můžeme narazit na zaměňování těchto pojmu. S pojmem rizikové chování se hojně setkáváme ve školním prostředí. Rizikové jevy zahrnují širší spektrum jevů, vůči nimž se zaujímají primárně preventivní opatření s cílem minimalizovat rizika a projevy.

Sociálně patologické jevy pak představují spíše sociologické pojetí a postihují fatální jevy ve společnosti jakými jsou krádeže, vandalismus, alkoholismus, sexuální odchylky... I k prevenci těchto negativních dopadů musí směřovat opatření primární prevence.



Typologie rizikového chování

V nejužším pojetí řadíme do základních typů rizikového chování

- záškoláctví
- šikanu a extrémní projevy agrese
- extrémně rizikové sporty a rizikové chování v dopravě
- rasismus a xenofobii
- negativní působení sekt
- sexuální rizikové chování
- závislostní chování (adiktologie)

V širším pojetí pak k těmto sedmi oblastem řadíme následující dva okruhy, které se z hlediska výskytu v populaci začínají stávat velkými ohnisky pro preventivní práci, ale které nelze jednoznačně zahrnout do konceptu rizikového chování:

- okruh poruch a problémů spojených se syndromem týraného a zanedbávaného dítěte
- spektrum poruch příjmů potravy

Rizikové chování, někdy též sociálně nežádoucí chování, je pojmem, který zvláště v oblasti školského působení začíná nahrazovat pojem „sociálně patologické jevy“, který se však stále používá v některých platných legislativních dokumentech (Zákon o sociálně-právní ochraně dětí č. 359/1999 Sb., ve znění pozdějších předpisů), a proto jej musíme respektovat. Rizikovým chováním rozumíme vzorce chování, v jejichž důsledku dochází k nárůstu zdravotních, sociálních, výchovných a dalších rizik pro jedince i pro společnost. Vzorce rizikového chování přitom považujeme za soubor fenoménů, jejichž existenci a důsledky lze ovlivňovat preventivními a léčebnými intervencemi.

Kde se bere rizikové chování?

Děti si často neuvědomují, že to, co vnímají jako zábavu, může pro druhého člověka hraničit s projevy napadení, vydírání či šikany. Rozhodující je **míra rizika**. **Rizikové chování** často vzniká z neuspokojení emočních i vztahových potřeb, dále může také vzniknout ovlivněním nevhodným výchovným vzorem nebo ze snahy předvést se před ostatními. V řadě případů může takové chování ne/vědomě dojít až na hranu zákona. Samozřejmě se může jednat i o záměrné a dlouhodobé nerespektování společenských hodnot a norem. Je třeba se snažit vždy hledat prvotní příčinu či motivaci k danému jednání. Ta bývá často hluboce skryta a mnohdy vůbec nesouvisí se vzdělávacím procesem či prostředím školy. Příčina rizikového chování může být v rodině, partě kamarádů, v abzenci vzorů či citových podnětů.



Specifika online prostředí

Rizikové chování v kyberprostoru se může projevovat různě – od přístupu na stránky s nevhodným obsahem, přes jeho sdílení, až po rizikovou komunikaci na sociálních sítích. Právě sociální sítě jsou prostředím, ve kterém v současnosti probíhá mezi dětmi velké množství rizikových jevů. Specifikem kyberprostředí je, že aktivity v něm často probíhají **okamžitě, kdykoliv a s větším dosahem**, než v případě klasického fyzického prostředí. Stačí, když si představíte, jak velký rozdíl je mezi tím, když žák napíše pomlouvačný příspěvek na sociální síti, nebo kdyby takový příspěvek vytiskl a fyzicky vystavil někde ve školním prostředí. Na síti jej může vystavit pohodlně a kdykoliv, v jakoukoliv denní dobu. Také zde může kdokoliv využít dokonalé či domnělé anonymity. Dalším specifikem je, že je příspěvek ze sociálních sítí a celkově z internetu složité stáhnout. Obecně se dá říct, že co jednou na internet vystavíme, tam také zůstane. Příspěvek, obrázek nebo video může kdokoliv uložit k sobě do svého zařízení, stáhnout jej a poté kdykoliv opětovně nasdílet. Současně s tím se může stát, že je sdílen prostý screenshot (snímek) obrazovky, který může vytvořit kdokoliv. Ke zneužití tedy může dojít velmi snadno.



Sociální síť

Sociální síť je služba na internetu, která členům umožňuje vytvořit si uživatelský profil, komunikovat s ostatními, sdílet s nimi informace, fotografie, videa, provozovat chat a další aktivity. Komunikace mezi uživateli sociálních sítí může probíhat buď soukromě mezi dvěma uživateli nebo (nejčastěji) hromadně mezi uživatelem a skupinou s ním propojených dalších uživatelů. Tato komunikace probíhá prostřednictvím **messengera**, což je obecné označení pro aplikaci, která umožňuje komunikaci mezi jednotlivými uživateli. Na Facebooku je tento komunikační nástroj označen jako Messenger.

**3,5
miliardy**

Lidí se denně připojí na některou sociální síť (45 % světové populace).

**3
hodiny**

Stráví člověk průměrně na sociálních sítích každý den.

91 %

Uživatelů přistupuje na sociální síť pomocí mobilních zařízení.

Sociální síť je možno využít k celé řadě dalších činností jako zpravodajského i informačního zdroje nebo například ke hraní her. Mezi typické sociální sítě řadíme:



Facebook – největší síť s více než 2 miliardami uživatelů. Zaměřuje se především na sdílení statických příspěvků, doprovázených obrázkem nebo videem.



Instagram – další populární síť s téměř 1 miliardou uživatelů. Vizuálně přitažlivá, jednoduchá na používání, zaměřuje se především na sdílení fotografií.



Youtube – sociální síť pro sdílení videí a jejich komentování.



TikTok – poměrně nová sociální síť, s původem v Číně, zaměřená na sdílení krátkých videí. V současnosti má téměř 1,5 miliardy uživatelů a je oblíbená především mezi mladými lidmi s největším podílem mezi dětmi.



Tellonym – umožňuje i zasílání anonymních zpráv mezi uživateli.



Snapchat – síť postavená na principu zasílání fotografií přátelům, kteří mohou fotografií přidržet nebo se jinak smaže, případně mohou také odpovědět jinou fotografií.

Sociální síť mezi dětmi a mladistvými

Kdy děti začínají se sociálními sítěmi? Z výzkumné zprávy České děti v kybersvětě (z Univerzity Palackého v Olomouci a O2 Czech Republic) můžeme vidět, že děti se sociálními sítěmi začínají již v poměrně mladém věku. V období věku střední školy se již poměr dětí na sociálních sítích poměrně stabilizuje a používá je drtivá většina všech mladých lidí.



Zdroj: České děti v kybersvětě, Projekt E-bezpečí 2019

Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

FAQ: Co je Meme?

Ne každému musí být hned zřejmé co mladí lidé na sociálních sítích dělají a čemu se tam vlastně smějí. Nejčastěji sdílený obsah tvoří internetová Meme, která představují nějaký nápad, myšlenku či informaci, která se rychle šíří po internetu. Může mít formu obrázku, odkazu videa nebo celé webové stránky. Většinou má vtipný obsah nebo obsah, se kterým se dokážou určití lidé ztotožnit a pobaví je. Představují tzv. virální fenomén, tedy situaci, kdy se obsah šíří tak, že si jej uživatelé mezi sebou přeposílají. V některých případech může jít o kreativní využití marketingu.

FAQ: Jak funguje právo na zapomnění?

Každý z nás zanechává na internetu svou digitální stopu – ať již ve formě příspěvků na sociálních sítích, komentáře v diskusích nebo fotografie na online úložištích. Pokud si člověk přeje být zapomenut a poté být na internetu nedohledatelný, může využít „Právo na zapomnění“. Poté dojde ke smazání indexů na všech webových stránkách, kde jsou uloženy informace uživatele. Nejde tak přímo o vymazání údajů, ale pouze o to, že dané informace nebudou dohledatelné pomocí běžných vyhledávačů.

FAQ: Youtubeři?

Youtuber je člověk, který vytváří a uploaduje (nahrává) videa převážně na serveru youtube.com, nebo na populární platformě pro živé vysílání her Twitch. Youtuberi se zaměřují na vytváření různého obsahu a směřují ho na různé cílové skupiny. V současnosti jsou mezi mladými lidmi velmi oblíbení a najdou se i takoví youtubeři, jejichž sledovanost dalece přesahuje sledovanost televizních pořadů. Ti nejlepší z nich pak vytvářejí svá videa pravidelně a často za pomocí velmi drahé techniky. Jednou z variant youtuberingu je i takzvaný Let's play, kde „umělec“ zprostředkovává svůj průchod hrou a k němu poskytuje své komentáře nebo odpovědi na dotazy podporovatelů.

Doporučení: „Desatero“ bezpečného užívání sociální sítě

1. Přečtěte si podmínky užívání sociální sítě před registrací a zjistěte, jak bude nakládáno s Vašimi osobními údaji ze strany provozovatele (zda nebudou poskytovány třetím stranám).
2. Čím méně toho o sobě při registraci vyplníte, tím je menší riziko, že se Vám něco stane.
3. Naučte se nastavovat různá práva svým přátelům – např. svým spolupracovníkům nastavte nižší než členům rodiny.
4. Nesdílejte své intimní fotografie. Mohou být zneužity.
5. Nesdílejte komentáře ani statusy, které mohou být použity proti Vám – např. pomlouvat nadřízeného v pracovní době.
6. Pokud jedete na delší dobu mimo svůj dům, nesdílejte o tom informace na sociálních sítích, pouze až po návratu.
7. Zapněte kontrolu obsahu a příspěvků, kde jste označeni.
8. Promyslete si, které osobní údaje sdělíte hrám a dalším aplikacím obsaženým v sociálních sítích – např. informace o poloze nebo seznam přátel.
9. Pravidelně v nastavení zabezpečení kontrolujte, na jakém zařízení jste přihlášeni – zda jste se někde (např. ve škole nebo v práci) nezapomněli odhlásit.
10. Potvrzujte přátelství pouze těm, které znáte, a u kterých si ověříte, že jsou to skutečně Vaši přátelé.
11. Cokoliv vložím na sociální síť, již zpravidla nelze vymazat!
12. Neužívejte funkci přihlášení do jiných online služeb pomocí svého účtu na sociální síti – např. přihlášení do internetového obchodu pomocí FB účtu – předáváte své přihlašovací údaje třetí osobě!!!

Dodržováním tohoto desatera si ušetříte řadu starostí, které Vás mohou na sociálních sítích překvapit. Jeho zdroj a spoustu dalších informací o sociálních sítích naleznete na <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/socialni-media/socialni-site/>

Úkol: Sociální síť TikTok

TikTok je jedna z nejrychleji rostoucích sociálních sítí současnosti. Využívá ji téměř třetina českých dětí, a přitom dospělí o ní často nic nevědí nebo ani nevědí, že existuje. Nejvlivnější český tvůrce obsahu na TikToku má více než 3 miliony fanoušků. TikTok má svůj původ v Číně a celosvětově má více než jednu a půl miliardy uživatelů z nich je 66 % mladších 30 let. Sociální síť je založena na natáčení krátkých videoklipů o délce až 15 sekund a případně i videí do 60 sekund.

Přečtěte si článek [Problém zvaný TikTok](#) abyste lépe pochopili, jak tato síť funguje, jaký obsah je na ní sdílen a jaká nebezpečí může pro děti představovat.

Zdroje

Sociální síť – INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/socialni-media/socialni-site/>

České děti v kybersvětě (2019) – E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/veda-a-vyzkum/ceske-detи-v-kyber-svetе-2019>

Česká školní inspekce ČR – Tematická zpráva – Rozvoj informační gramotnosti na SŠ ve školním roce 2018/2019. Česká školní inspekce ČR – Home [online] [cit. 26.03.2020]. Dostupné z: <https://www.csicr.cz/cz/Dokumenty/Tematicke-zpravy/Tematicka-zprava-Rozvoj-informacni-gramotnosti-%281%29?fbclid=IwAR36PUJzcZgFvx1xUkrND2mgH2zNC18hj-K53omPO7COhdYJAWNrfP4IBYkg>

Problém zvaný TikTok – E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1403-problem-zvany-tik-tok>

Právo na zapomnění – INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/internet-a-pravo/pravo-na-zapomeni/>

Co je to Meme? – IT-slovník.cz [online]

TYPOLOGIE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ. Národní ústav pro vzdělávání [online]. 2014 [cit. 2020-08-05]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/t/co-je-skolska-primarni-prevence-rizikoveho-chovani/typologie-rizikoveho-chovani>

(Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P. (Eds.), 2010) <http://www.nuv.cz/t/co-je-skolska-primarni-prevence-rizikoveho-chovani/typologie-rizikoveho-chovani>

Závislosti



Netolismus a jeho projevy

Dvanáctiletý Petr začal v poslední době dostávat velmi špatné známky. Učitelům také příjde často duchem nepřítomen. Ve vyučování usíná, je čím dál více pasivní, pokud se ale něco děje, reaguje agresivně, a to především vůči slabším spolužákům. Navíc je před učiteli vulgární.

Petr svůj čas tráví hraním online her. Dokud po něm nikdo nic nechce, u hraní vydrží do pozdních nočních hodin. O víkendech takto dokáže strávit i více než 12 hodin denně. Pokud matka po Petrovi něco vyžaduje a vyrušuje jej, chlapec reaguje útočně a agresivně. Matka se Petra obává, proto mu vždy ustoupí. Zároveň má o chlapce strach, ale neví, jak mu pomoci, aby se situace zlepšila.

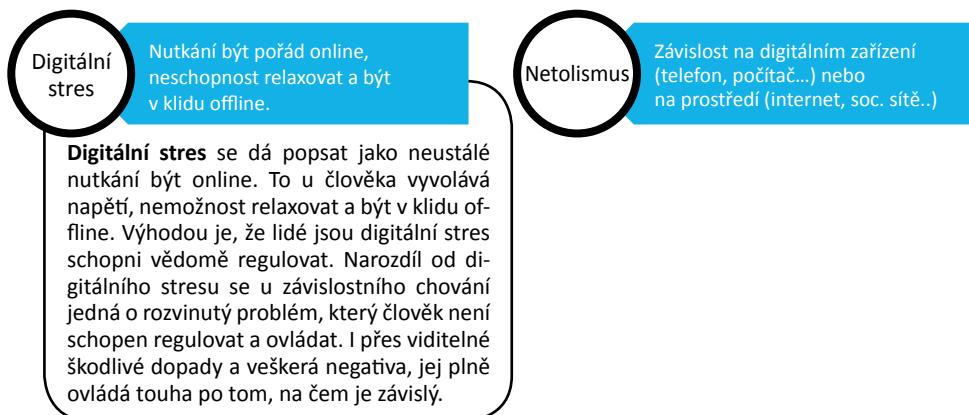


Netolismus

V předešlém příběhu můžete vidět celou řadu znaků spojovaných s **netolismem** – závislostí na digitálních technologích. Toto závislostní chování může vzniknout na **zřízení** jako takovém (mobilu, počítači, tabletu) nebo na virtuálním **prostředí** (internet, sociální sítě, online hry).

Rozlišujme ale mezi takzvaným **digitálním stresem** a **závislostním chováním**.

Podle studií je průměrná doba trávení času ve virtuálním prostředí u mladistvých průměrně čtyři hodiny denně. Za přiměřenou míru je nejen ze zdravotních důvodů doporučována doba nejméně o polovinu kratší. V této souvislosti je poukazováno na **rizika** a **dopady**, ke kterým může dojít u dětí a dospívajících v případě **nadměrného trávení času** v tomto prostředí.



Původ závislostí

Osobnost člověka je tvořena souborem potřeb, a to nejen fyzických, ale i psychických, sociálních, spirituálních. Pokud některá z těchto potřeb není dlouhodobě nasycena, může nastat problém. Děti často mohou mít uspokojeny biologické potřeby, ale velmi důležité jsou i ty emocionální a také vztahy. Vedle nedostatečného nasycení může být problémem i jejich přesycení, které může být spouštěčem vzniku závislosti.

Vznik závislosti je nevědomým procesem a mnoho lidí si vůbec neuvědomuje, že jim v důsledku nadměrného užívání digitálních technologií hrozí nějaké riziko. Zatímco u alkoholu či tabákových výrobků jsou již negativní dopady relativně známé a situace je regulována zákonnou úpravou, v případě netolismu tomu tak není.

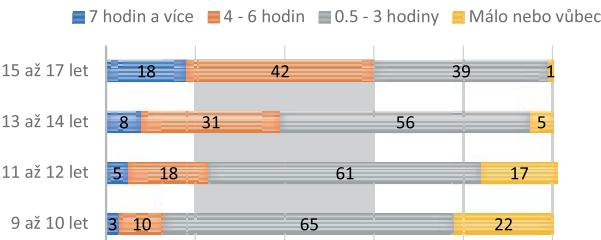
Abychom o chování mohli mluvit jako o závislosti musí negativně ovlivňovat některé z těchto 4 hlavních aspektů:



Vznik patologických závislostí nelze redukovat na jedinou příčinu. Většinou jde o mnohaúrovňový problém. Roli zde hraje osobnost člověka a její dispozice, dále vlivy prostředí (rodina, vrstevníci, partneři, média apod.), dostupnost drogy (látkové či nelátkové), konkrétní podnět a další okolnosti. Vznik závislosti může souvisej s touhou člověka experimentovat, touhou po změně prožívání, zintenzivnění prožitku radosti či slasti, nebo také se snahou uniknout před bolestí, problémy, pocity úzkosti, samoty, prázdnотy. Substituce (náhrada) či únik z reality je možný u látek, činností i vztahů.

Přestože se v případě závislosti jedná o závažný problém, který je třeba co nejdříve odborně podchytit a aktivně i dlouhodobě řešit – zákonnémi zástupci, rodiči ve spolupráci s dalšími odborníky, často v praxi dochází k tomu, že děti jsou ze strany rodičů „ošetřeny diagnózou“ typu „dcera je nemocná – syn je nemocný – udělejte s tím něco“. Je třeba vysvětlit rodičům, že není možné přenášet odpovědnost za řešení situace mimo rodinné prostředí.

MNOŽSTVÍ ČASU TRÁVENÉHO NA INTERNETU BĚHEM BĚZNÉHO DNE



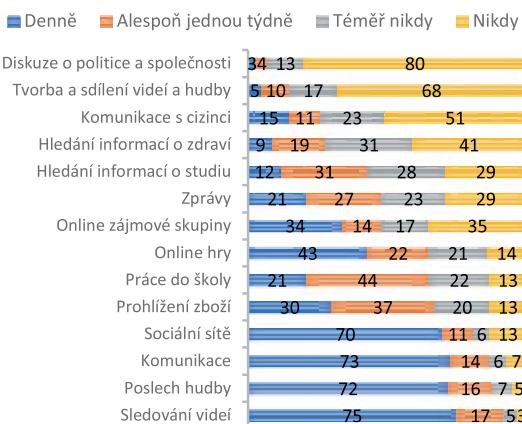
Zdroj: EU KIDS ONLINE IV v České republice, 2018

Vznik netolismu

Online prostředí dává dítěti prostor pro útěk od reality. Je to místo, kde se jednoduše cítí bezpečněji, ve kterém může najít prostor pro seberealizaci, kde je úspěšnější. Rodiče jsou rádi, že dítě má aktivitu, „zábavu“ – nijak je nezlobí, ani po nich nic nevyžaduje. Bohužel, tento zdánlivý, dlouhodobý klid, kdy dítě tráví hodiny **ve virtuálním prostředí**, může vyústit v závažný a rozvinutý problém.

Závislostního chování si můžeme všimnout až ve chvíli, kdy už je pět minut po dvanácté. Abychom tomu mohli předcházet, je třeba vzájemně komunikovat a všímat si u dětí i drobných změn v jejich chování.

AKTIVITY NA INTERNETU MEZI DĚTMI



Zdroj: EU KIDS ONLINE IV v České republice, 2018

Projevy netolismu

Závislost na *virtuálních drogách* – od internetu, přes sociální sítě a online hry až po závislost na mobilním telefonu nebo sledování televize – má celou řadu projevů. Některé z projevů jsou společné s ne-virtuálními drogami, jiné jsou specifické pro online prostředí. Projevuje se například **silná touha zapnout počítač bez jasného cíle, kontrolovaní zpráv a statusů na sociálních sítích, neschopnost vymezení si začátku a konce aktivit na internetu, postupné zanedbávání povinností a dalších aktivit atd.**

4 KATEGORIE PROJEVŮ NETOLISMU

Biologické	Psychologické
<ul style="list-style-type: none">• snižování fyzické aktivity• vznik a zvyšování nadváhy• civilizační choroby – cukrovka, vyšší tlak...• poruchy spánku – často způsobeny ponocováním a přílišným vystavením modrému světlu vyzařovanému přístrojem spolu s nepravidelným denním režimem	<ul style="list-style-type: none">• stres• úzkostné stavy• pocity osamělosti a prázdnoty• snižování schopnosti empatie• rostoucí nervozita• deprese• substituční jednání
Sociální	Školní / pracovní
<ul style="list-style-type: none">• narušení vztahů s rodinou a přáteli• zhoršení sociálních schopností – navazování vztahů, přátelství apod.• částečná ztráta komunikačních schopností (především řečových – zapomínání slov apod.)• v některých případech snaha o napodobování celebrit např. youtuberů, až s <u>vážnými důsledky</u>.	<ul style="list-style-type: none">• nižší výkonnost• zhoršující se prospěch• zanedbávání povinností• odtržení od kolektivu

Prevence a řešení

Velkou částí veřejnosti (rodičů) není netolismus vnímám jako výrazný problém, který by měli aktivně řešit. Avšak právě v rodinném prostředí by se na prevenci netolismu mělo dbát ve zvýšené míře. Prevence netolismu by měla být podporována hlavně v rodině.

V případě identifikace problému se mohou děti i rodiče obrátit na školního metodika prevence, dále pak na pedagogicko-psychologickou poradnu, případně na další poradenská zařízení nebo pracovníka OSPOD – kurátora pro děti a mládež. Projevy netolismu jsou podstatně méně viditelně závažné než například závislost na drogách nebo alkoholu. Stejně jako pro tyto závislosti je pro úspěšné řešení netolismu střejší motivace jedince, aby problém chtěl vůbec začít aktivně řešit.



Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

FAQ: Vedou online hry ke gamblingu?

V nejzazších případech může netolismus a především závislost na online hraní vést ke vzniku patologického hráčství. Řada online her v dnešní době využívá mechaniky, které lze připodobnit tému výherních automatů. Za malý poplatek mohou uživatelé získat krabici s náhodným obsahem do hry (tzv. lootbox), například s vybavením pro jejich postavu. Tento nákup náhodného obsahu má na lidský mozek podobný efekt jako vložení mince do výherního automatu. V kombinaci s vnitřním nastavením může u některých jedinců vzniknout závislost na této mechanice a mohou ve hře utratit vysoké finanční částky stejně jako v případě výherních automatů.

FAQ: Co je návodné chování?

Návodné chování představuje chování, při kterém jedinec napodobuje určité vzory. V mnoha případech pak vzory nevhodné. V případě online prostředí problém umocňuje plejáda různých osobností a zdrojů, které se může dítě snažit napodobovat. Ve většině případů půjde jen o nevinné napodobování stylu oblékání, vyjadřování nebo hraní podobných her. V nejzazších případech však může dojít k napodobování různých nebezpečných činností, které mohou vést až ke smrti jedince. Odstrašujícím příkladem může být situace, kdy mladý chlapec viděl na YouTube „návod“, jak se oběsit na švihadlo, a poté skutečně takto zemřel.

Doporučení: Aplikace proti digitálnímu stresu

Možná to znáte i Vy. Potřebujete něco udělat, ale nemůžete se soustředit a máte pořád potřebu sledovat zprávy na telefonu nebo aktualizovat sociální sítě. Pro lepší soustředění můžete použít celou řadu aplikací, které Vás nějakým způsobem odměňují za to, že svůj telefon neodemknete. Můžete vyzkoušet například aplikaci Forest: Stay Focused, ve které si můžete za neaktivitu na telefonu vypěstovat svůj les, nebo například Flipd: Focus & Productivity, která Vám zase může pomoci lépe rozvrhnout své aktivity během dne a netrávit tak přespříliš času v digitálním prostředí. V Google play i v Apple store najdete další nepřeberné množství podobných aplikací a je jen na Vás, kterou si vyberete a vyzkoušíte.

Doporučení: Programy pro rodičovskou kontrolu

Děti tráví na internetu množství času a rodič často ani neví, co na internetu dítě dělá. V dnešní době však existuje řada možností a aplikací, jak mít nad činností svého dítěte v kyberprostoru alespoň nějakou kontrolu. Z hlediska nastavení Windows můžete v nastavení uživatelských účtů nastavit na počítači jak účet rodiče, tak jednotlivé účty pro děti, které máte poté více pod kontrolou. Zde naleznete podrobnější návod Jak na rodičovskou kontrolu? od CZ.NIC. Nad rámec Windows však existuje i celá řada dalších aplikací, ať již zdarma nebo placených. Pokud máte o tyto programy větší zájem, podívejte se například na tyto články:

- E-bezpečí: [Google pomáhá kontrolovat aktivity dětí pomocí služby Family Link](#)
- CZ.NIC: [Děti v online světě](#)
- Internetem bezpečně: [Programy na hlídání dětí v online prostředí](#)

Úkol: Zakázat telefony ve škole?

Možná Vás již napadlo, jaké by to bylo, kdyby byly ve Vaší škole úplně zakázány mobilní zařízení. Jak by to ovlivnilo děti? Jak by trávili přestávky? Přečtěte si kapitolu 4.2.1. (strany 12–16) výzkumné zprávy České děti v kybersvětě a zamyslete se, zda je dobré telefony ve škole zakázat.

Zdroje

České děti v kybersvětě (2019) – E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/veda-a-vyzkum/ceske-detи-v-kybersvete-2019>

Interdisciplinary Research Team on internet and Society – Masaryk University [online] Dostupné z: https://irtis.muni.cz/media/3137006/eu_kids_online_report_2018_cz_main.pdf

Netolismus – INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.internetem-bezpecne.cz/internetem-bezpecne/dobre-vedet/netolismus/>

Netolismus – vše o online závislostech. Netolismus – vše o online závislostech [online]. Dostupné z: <https://www.netolismus.cz/>

Prevence-info.cz | Prevence rizikového chování. Prevence-info.cz | Prevence rizikového chování [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <http://www.prevence-info.cz/typy-riziko-veho-chovani/netolismus>

Sexting



Příběh

Třináctiletá Magda byla na sociální síti oslovena kamarádem, kterého znala od vidění z města, kde žije. Zpočátku si jen psali, ale postupně po ní muž začal chtít její nahé fotografie. Magda si přála, aby jí muž dal pokoj, a ze strachu takovou fotku poslala. To ale vedlo k vydírání, kdy muž vyžadoval další fotografie pod pohrůžkou, že jinak první fotografii zašle Magdiným rodičům a přátelům. Magda si poté vzpomněla na přednášku, kterou měli o podobných věcech ve škole a kontaktovala policii. Policie poté začala s prověrováním a pachatele rychle dopadla.



Matka dívky o události neměla žádné povědomí a byla velmi překvapená, že se jí Magda s problémem nesvěřila.

Sexting

Sexting představuje fenomén, při kterém dobrovolně dochází k přeposílání zpráv s intimními materiály prostřednictvím digitálních technologií.

Především se jedná o erotické fotografie a videa, které uživatel pošle někomu dalšímu. Takovéto chování přináší řadu rizik, kdy je příjemce těchto materiálů může zneužít proti odesílateli. V posledních letech se jedná o častý jev. Nemívá ale vždy negativní dopad, který by se musel v rodinném prostředí projevit ztrátou důvěry a vážným narušením vztahů.

Pokud již k sextingu dojde, postup rodičů vůči dětem by měl být ohleduplný. Dítě se často stydí, obává se, že rodiče budou reagovat obviněními a výčitkami, a proto se mnohdy vůbec s problémem rodičům nesvěří.



Zdroj: Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru
(výzkumná zpráva), 2017

Rizika sextingu

- posílání intimních materiálů potencionálním útočníkům – mohou je použít proti nám
- poskytnutý materiál může na internetu kolovat i mnoho let, než dojde k tomu, že ho někdo například zveřejní nebo jinak zneužije
- můžeme být vystavení sexuálním útokům nebo sexuálnímu harašení
- v případě, že dojde ke zveřejnění takovýchto materiálů, utrpí naše dobré jméno i prestiž
- mohou nastat potíže se získáním nebo udržením zaměstnání
- těm, kdo se dopustí sextingu, hrozí problém; může se jednat o páchání přestupku nebo přímo trestného činu například šíření dětské pornografie, ohrožování výchovy dítěte, další trestně postižitelných jednání
- v nejzazších případech může sexting skončit tragicky

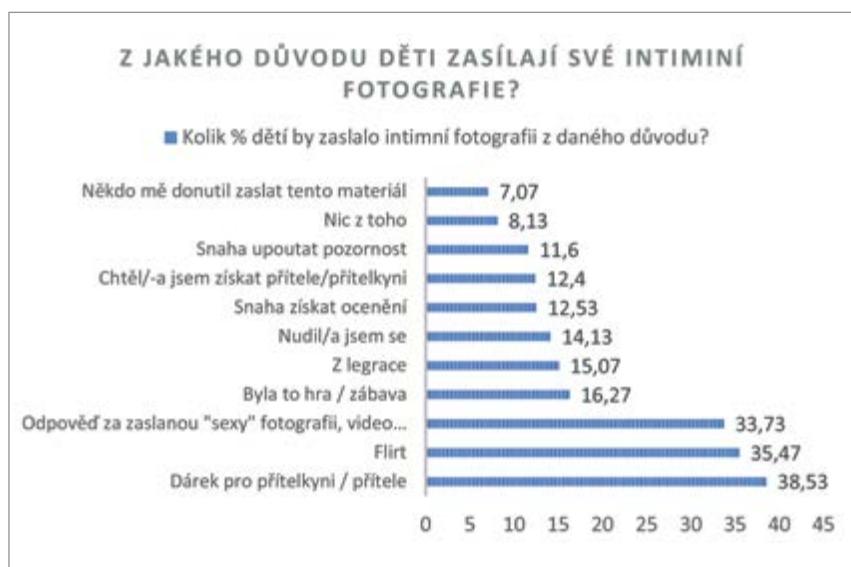


Původ sextingu

Sexting se může v první chvíli jevit jako nevinná zábava, která má více prohloubit atmosféru dané komunikace. Je zde však celá řada dalších důvodů, proč ke vzniku sextingu dochází.

Sexting:

- je realizován z nudy
- je provozován s cílem navázat intimní kontakt
- je forma sebeprezentace
- má u adresátů vyvolat nebo zvýšit vzrušení
- jako bezprostřední nápad – dílo okamžiku
- je součástí dětské prostitutice
- je produkován pod vlivem okolí



Zdroj: Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru (výzkumná zpráva), 2017

Právní přesah

Závažným nebezpečím je především fakt, že se obětmi sextingu mohou stát děti nebo dospívající mládež. Je však třeba mít na paměti, že v ČR je sice pohlavní styk legální mezi mladistvými nad 15 let, nicméně je zakázáno pořizovat fotografický a filmový materiál osob mladších 18 let. Není dovoleno ani to, když mladiství fotí nebo takto natáčí sami sebe!

Sexting se ve velké míře podílí na vytváření a šíření dětské pornografie, tedy na globálně nelegální činnosti.

Řešení těchto případů je často individuální – v některých případech se jedná jen o přestupky, ale v řadě z nich se jedná o trestnou činnost.



Sexting může být součástí trestných činů

- omezování osobní svobody
- pohlavní zneužití
- znásilnění
- ohrožování výchovy dítěte
- navazování nedovolených kontaktů s dítětem
- výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií
- zneužití dítěte k výrobě pornografie
- nebezpečné pronásledování

Prevence

- s nikým nesdílet své **intimní fotografie a videa**
- pokud už se tak stalo a citlivý materiál je v rukou někoho, kdo jej hodlá zneužít, požádat dotyčného o jeho znehodnocení a zničení
- nefunguje-li to, je vhodné poučit útočníka, že v případě, že takto sám neučiní, budeme muset situaci řešit přes kompetentní orgány a instituce, především Policii České republiky
- nenechat se zastrašit
- v případě ponižování, vydírání, situaci zvážit, probrat s někým důvěryhodným a případně se obrátit na Policii ČR, orgány činné v trestním řízení
- požádat o smazání příspěvku provozovatelem webové stránky nebo služby



Svěřit se rodičům



Svěřit se kamarádovi



Svěřit se učiteli



Svěřit se policistovi

Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

FAQ: Co jsou intimní fotografie a videa?

Intimní fotografie a videa představují snímky a videa, která jsou choulostivá, odhalují to, co by mělo zůstat okolí i věřejnosti skryto. Často se jedná o materiály se sexuálním či nevhodným obsahem či podtextem. Fotografie či videa mohou nevhodnou formou zobrazovat intimní partie, intimní části lidského těla, osoby v choulostivých polohách a situacích. Takovéto fotografie by měly zůstat výhradně součástí našeho soukromí.

Doporučení: Rizika sextingu

Pokud se chcete více zamyslet nad riziky sextingu a zda sexting za to stojí, podívejte se na doporučení Rizika sextingu, kde najdete i řadu dalších materiálů pro svůj preventivní program.

Doporučení: Desatero bezpečného chování

Pro bezpečný pohyb na internetu byste se měli držet desatera bezpečných zásad. Videá jsou orientována především na bezpečné seznamování a vyhnutí se „predátorům“ na internetu.

Úkol: #SayNo!

Podívejte na [kampaň #SayNo!](#), která je aktivitou Policie ČR (NCOZ) ve spolupráci s Euro-polem. Na stránkách nelaznete jak video, které můžete použít v rámci svého preventivního programu, tak příručku **Řekni Ne!** o online sexuálním nátlaku a vydírání dětí.

Zdroje

#SayNo! – Celoevropská kampaň proti zneužívání dětí online – Policie České republiky. Úvodní strana – Policie České republiky [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/sayno-celoevropska-kampan-proti-internetovemu-sexualnimu-natlaku-a-vydirani-detи-rekni-ne.aspx>

Kamil Kopecký, René Szotkowski (2017) – Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru (výzkumná zpráva) – Univerzita Palackého v Olomouci Centrum prevence rizikové virtuální komunikace.

Nadace O2. Sexting – Nadace O2 [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/11/sexting/2126>

Nebudu' oběť! | Rizika internetu a komunikačních technologií. Nebudu' oběť! | Rizika internetu a komunikačních technologií [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <http://www.nebudobet.cz/?cat=sexting>

Sexting – INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/sexting/>

Sexting.cz – vše, co chcete vedet o sextingu. Sexting.cz – vše, co chcete vedet o sextingu [online]. Dostupné z: <https://www.sexting.cz/>

KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R. Sexting a právo. E-Bezpečí, roč. 4, č. 2, s. 70–73. Olomouc: Univerzita Palackého, 2019. ISSN 2571-1679. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=1681>



Kybergrooming

Příběh

Dvanáctiletá Anežka byla na Facebooku oslovena sedmnáctiletým Mirekem. Nějaký čas si dopisovali a Mirek po určité době poslal Anežce své fotky a žádal po ní její fotky. Několik takových mu poslala, ale Mirkovy požadavky se zvyšovaly. Začal požadovat fotky ve spodním prádle i bez něj. Anežka nakonec Mirkovu naléhání podlehla, a i takové fotky mu poslala. Mirek jí potom začal vyhrožovat, že pokud se s ním nesejde osobně, tak fotky rozešle jejím spolužákům a rodině. Anežka se svěřila své kamarádce, která to následně i přes Anežčin odpor řekla jejím rodičům, kteří informovali policii. Policie poté přišla na to, že Mirek se nejmenoval Mirek, a navíc mu nebylo 17, ale 45 let.

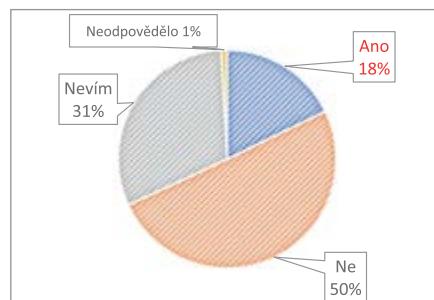


Kybegrooming

Kybegrooming představuje jednání osoby, která se snaží zmanipulovat oběť a donutit ji k osobní schůzce. Útočník s obětí komunikuje převážně skrze digitální technologie. Oběť může být vyzvána k osobní schůzce za účelem sexuálního zneužití nebo jiné formy agrese. Mezi sexuálními predátory je tento typ agresivního útočníka v menšině. Většina predátorů se spokojí „pouze“ s nevhodnou komunikací, masturbací na dálku atd.

Obětí kybergroomingu se může stát kdokoliv, často jsou oběťmi dívky mezi 11 a 17 lety, ale i chlapci. Odborníci (např. z projektu E-bezpečí) uvádějí ve svých výzkumech vyšší možnost ohrožení dívek, zatímco například projekt Bezpečně na netu a jeho odborníci považují za zásadní to, že chlapci jsou obecně více zranitelnou skupinou v případě kybergroomingu. Predátoři tedy zobecněně mohou cílit především na ty děti, které na sociálních sítích tráví mnoho času.

KDYBY TĚ TVŮJ INTERNETOVÝZNÁMÝ POŽÁDAL O SCHŮZKU
V REÁLNÉ SVĚTĚ, ŠEL/ŠLA BYS NA NI? % DĚTÍ

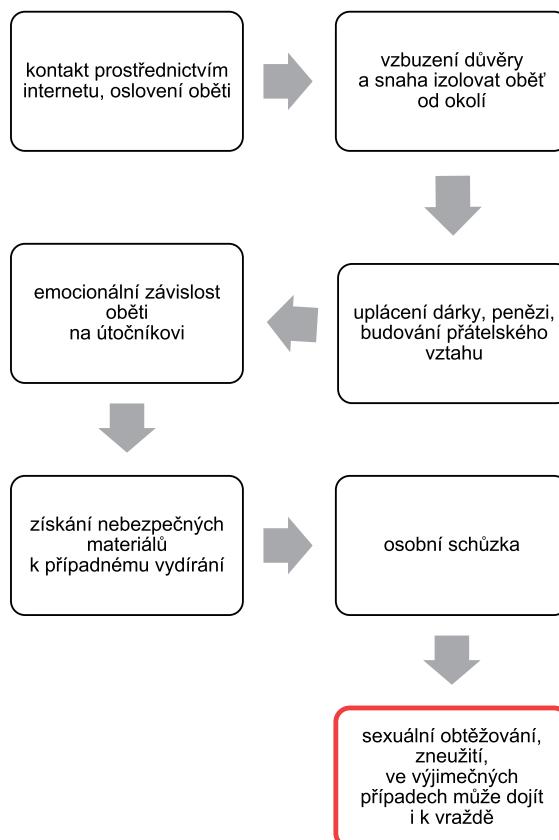


Zdroj: Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru (výzkumná zpráva), 2017

Vznik kybergroomingu

Kybergroomer je zpravidla sexuální útočník, který využívá digitální technologie (především pak sociální sítě) k dosažení svého cíle.

Ve většině případů se vydává za jinou osobu, především za takovou, jejíž popis vzbudí u potencionální oběti největší možnou důvěru. Výraznou vlastností kybergroomera je trpělivost, často si s obětí vydrží psát i několik měsíců, aby dosáhl svého.



Prevence

Rodiče s dětmi musí komunikovat a mít přehled i kontroly nad jejich činností v kyberprostoru, zvláště u rodičů malých dětí by mělo zajištění jejich bezpečí převážit nad obavami ohledně narušování soukromí. Na celou věc lze nahlížet podobně, jako když dítě chráníte v reálném světě před nástrahami silničního provozu – držím své dítě pevně za ruku, převedu jej, poradím, aby se nejprve rozhlédlo, učím postupně samostatnosti a správným návykům. Plné soukromí mu lze poskytnout teprve s jeho dozrání a osvojením si potřebných digitálních kompetencí a znalostí, vysvětlit, poradit, snažit se mít co nejvíce aktuálních informací a vyšší povědomí než děti. Děti často necítí zábrany a jdou na schůzku s neznámou osobou, nepřemýšlí nad možnými důsledky.

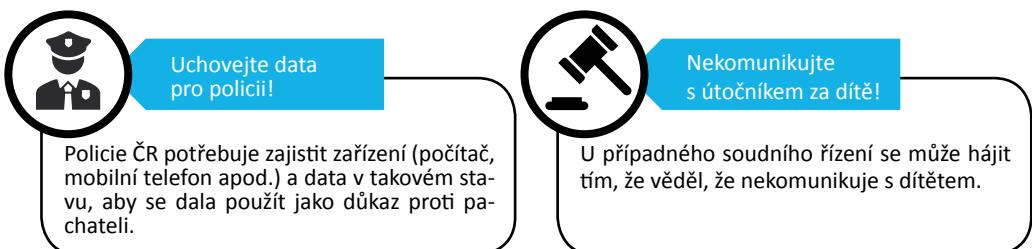
Při zjištění závadové online komunikace dítěte s neznámou osobou zachovat klid a s dítětem o celé situaci hovořit. Vysvětlit, proč jste danou komunikaci vyhodnotili jako závadovou a dítě upozornit na rizika. Tímto si dítě „nezablokujete“ – ujistí se, že případný problém bude i v budoucnu řešen v klidu, dítě se na Vás s důvěrou obrátí, nebude se bát přijít požádat o pomoc.

Právní přesah

V případě, že dítě již s kybergroomerem komunikuje, může dojít k trestnému činu dle § 193b trestního zákoníku – navazování nedovolených kontaktů s dítětem.

Jak postupovat v případě, že objevíte u dítětě závadovou komunikaci?

1. zanechte počítač nebo jiné zařízení v takovém stavu, v jakém jste závadovou komunikaci našli
2. nemaňte žádná data, pokud můžete – zazálohujte komunikaci
3. neblokujte žádného uživatele – ani případného útočníka



Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

Úkol: Video Kybergrooming

Podívejte se na [video Kybergrooming](#) od organizace Internetem bezpečně, ve kterém v krátkém čase projdete všechny hlavní etapy procesu kybergroomigu. Video také můžete použít ve své přípravě preventivních programů.

Úkol: #martyisdead

Pokud máte větší zájem o téma kybergroomingu a jaké může mít dopady, můžete se podívat na mini seriály [#martyisdead](#).

Doporučení: Jak prověřit osobu na internetu?

Pokud si dítě začně s někým na internetu psát, je vhodné, aby si nějakým způsobem ověřilo, že je to skutečně ta osoba, za kterou se vydává. Je tak možné spojit se přes webkameru a vyzvat protějšek k tomu, aby například ukázal dnešní výtisk novin, zopakoval nějakou větu apod. Dítě by se mělo ukázat na svoji kameře až potom, co bude mít jistotu. Často se v případě kybergroomingu totiž stává, že útočník má předtočenou smyčku, na které je například mladá dívka nebo chlapec, a tu po zapnutí webkamery spustí a vydává ji za video přenos z kamery. Poté se vymlouvá, že mu nefunguje mikrofon a nemůže mluvit.

Zdroje

Co je to kybergrooming?. Úvod [online] Národní centrum bezpečnějšího internetu [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://bezpecne-online.saferinternet.cz/pro-rodice-a-ucitele/teenageri-a-komunikace/item/35-co-je-to-kybergrooming>

Kamil Kopecký, René Szotkowski (2017) – Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru (výzkumná zpráva) – Univerzita Palackého v Olomouci Centrum prevence rizikové virtuální komunikace.

Kamil Kopecký. Nebezpečné komunikační jevy pro učitele se zaměřením na kyberšikanu, cyberstalking, kybergrooming a další sociálně-patologické jevy.

Kybergrooming – INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.internetbezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kybergrooming/>

Radana Divínová. Cybersex: forma internetové komunikace.



Kyberstalking

Příběh

...výše popsaný příběh Mirka a Anežky bohužel pokračoval. Mirek začal Anežku sledovat po cestě ze školy, psát jí výhružné SMS a zprávy přes Viber, Facebook i TikTok. Asi po půl roce, když už byla situace pro Anežku naprosto neúnosná, se o tom dozvěděli její rodiče od Anežčiny nejlepší kamarádky. Anežka a její rodiče poté šli společně podat trestní oznámení.



Kyberstalking

Stalking je termín, který představuje dlouhodobé, opakované a systematické obtěžování (pronásledování). Útočník svou oběť sleduje a zasypává ji zprávami, e-maily, telefonáty, nechťenou pozorností apod.

Kyberstalking pak představuje verzi stalkingu, kde hraje hlavní úlohu digitální technologie. Pronásledovatel využívá především sociálních sítí a informací z dalších otevřených zdrojů, aby si našel informace o své oběti a aby jí jejich prostřednictvím dálé ubližoval.

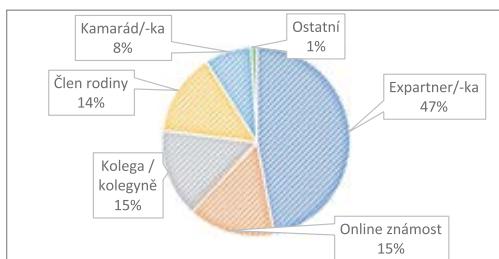


Motivace kyberstalkingu

Ve velkém počtu případů však kyberstalker nikdy svou oběť předem „naživo“ neviděl. Vyhledal si ji na internetu, kde ji identifikoval jako zranitelnou. Hlavní motivací kyberstalkera je získání moci nad obětí, přičemž se toho snaží docílit skrze získání maxima osobních informací.

Pomocí této informací se snaží vytvářet realističejší hrozby a postupy vydírání a zvyšovat tím strach oběti. Kyberstalkeré využívají telefonní čísla, adresy, ale i osobní koníčky a záliby k tomu, aby útočili na soukromí svých obětí. Útočník zjistí, které věci dokážou oběť rozrušit, a tuto informaci použijí k jejímu dalšímu obtěžování.

Statistika vztahu kyberstalkera k oběti



Zdroje: Cyber stalking: share of victims by relationship with harasser, Statista 2013

Právní přesah

Pronásledování prostřednictvím digitálních prostředků je v našem právním systému definováno jako trestný čin nebezpečného pronásledování.

Hlavní skutkovou podstatu tvoří dlouhodobé pronásledování oběti, přičemž u toho pachatel využívá i výhružky, obtěžování a nadávky.

Pokud takovýto stav trvá déle než 4 týdny a opakuje se alespoň 10krát, jedná se o trestný čin pod § 354 Nebezpečné pronásledování.



Prevence

1. nezveřejňovat své osobní údaje (telefonní číslo, adresu), kontakty na sebe dávat jen lidem, kterým důvěřujete
2. dát stalkerovi na vědomí, že o něj nemáte zájem – neodpovídat
3. přerušit osobní kontakty s pronásledovatelem – neodpovídat na vzkazy, urážky, na telefonáty, nereagovat na zprávy; jakýkoliv kontakt s útočníkem může vést k prohloubení zájmu o Vás jako o oběť
4. nechodit se stalkerem na osobní schůzky
5. nosit u sebe mobilní telefon pro případ přivolání pomoci
6. uchovat všechny zprávy, maily a další materiál jako možné důkazy pro pozdější policijní vyšetřování, snažit se projevy pronásledování evidovat a zdokumentovat
7. kontaktovat Policii ČR v případě pronásledování, obtěžování nebo napadení, je-li jednání pronásledovatele takové, že ve Vás vzbuzuje strach, obavy, nepříjemné pocity apod.
8. informovat své blízké o pronásledování, případně o totožnosti útočníka – vyhledat pomoc
9. v případě vygradovaného stalkingu se mimo domov pohybovat s další osobou – členem rodiny či jinou důvěryhodnou osobou, nosit s sebou legální prostředky pro svou obranu (alarm)
10. kontaktovat odborné instituce – poradit se zde: například Bílý kruh bezpečí a další organizace pro pomoc obětem trestných činů

Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

FAQ: Jaké jsou typy (kyber)stalkerů?

Stalkery obecně můžeme rozdělit podle základní typologie, založené na motivaci jejich jednání. Kyberstalking pak může být doprovodný jev všech těchto typů stalkerů.

- **Bývalý partner** – většinou v případě kdy není bývalý partner schopen ukončení vztahu s obětí. Nemusí jít pouze o partnerský či intimní vztah, ale také o pracovní, obchodní, terapeutický vztah apod.
- **Uctíváč** – pronásledovatel touží po navázání vztahu s osobou, která jej zaujala. a věří, že oběť bude jeho city opětovat. Nemusí jít vyloženě o snahu navázat partnerský vztah, ale často pouze o touhu být přijat uctívanou osobou.
- **Neobratný nápadník** – většinou nápadníci s malou schopností seznámit se. Přestože touží po intimním vztahu, nedokážou jej navázat a uchylují se tak ke stalkingu. Většinou po právním zásahu svého chování rychle zanechají.
- **Ublížený pronásledovatel** – pronásleduje oběť kvůli (často domělému) zranění, které mu měla způsobit. Pronásledovatel se tak snaží o pomstu. V tomto případě je většinou fyzické napadení minimální.
- **Sexuální útočník** – útočné až sexuálně agresivní chování. Motivace je především sexuální uspokojení či pocit ovládnutí oběti.
- **Poblouzněný milovník** – věří, že je oběť do něj zamilovaná. Veškeré její chování pak interpretuje tak, aby podporovalo jeho iluzi.

Více o kyberstalkingu se můžete dočíst v článku [Rizika virtuální komunikace](#).

Doporučení: Jak reagovat na nevyžádané telefonáty?

Kyberstalking je pouze variantou stalkingu jako takového. Kyber složka je často následována i jinými prostředky, kterými se stalker snaží oběť manipulovat. Jak postupovat v případě, že Vás stalker neustále obtěžuje po telefonu?

Jestliže zjistíte, že Vám volá někdo, koho neznáte a o koho nestojíte, rychle zavěste a nedávejte se s ním do hovoru. Pamatujte, že většině „nevyžádaných“ volajících jde o publikum a o reakce poškozeného. Čím více jste v rozpacích, rozčilujete se, nadáváte, o to víc je obtěžující spokojený.

Pokud telefonáty neustávají a přicházejí nevyžádané zprávy na mobilní telefon nebo do e-mailu – vyhledejte pomoc (viz výše odborné poradenství, PČR...).

Úkol: další případy kyberstalkingu

Kyberstalking může mít v praxi celou řadu podob, pachatelů a dopadů na oběť. Pokud Vás toto téma zaujalo, můžete si přečíst několik krátkých případů kyberstalkingu, které nabízí O2 chytrá škola nebo Internetem bezpečně.

Zdroje

Bílý Kruh Bezpečí. Bílý Kruh Bezpečí [online]. Copyright © [cit. 30.03.2020]. Dostupné z: <https://www.bkb.cz/>

E-nebezpeci.cz[online]. Studie o stalkingu a kyberstalkingu [cit. 24.03.2020]. Dostupnéz: <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/materialy=pro-studium-studie-atd?download-9%3Astudie-o-stalkingu-a-kyberstalkingu>

Cyber stalking: share of victims by relationship with harasser 2013 | Statista. Statista – The Statistics Portal for Market Data, Market Research and Market Studies [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/291232/cyber-stalking-victims-type-of-relationship-with-harasser/>

Kyberstalking – INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ – Uživejme internet bezpečnějším způsobem [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.internetbezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kyberstalking/>

Kyberstalking – E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/kyberstalking>



Kyberšikana

Příběh

Kateřinu a Markétu z osmého ročníku napadlo, že si udělají legraci ze své spolužačky. Domluvily se, že si společně založí falešný profil chlapce a budou se z něj snažit spolužáčku pozvat na rande. Ve chvíli, kdy mělo dojít k uvedené schůzce, napsaly místo toho spolužačce urážlivé zprávy a pak profil smazaly.

Kateřině a Markétě ani toto nestáčilo a začaly pak spolužáčku vydírat s tím, že pokud jim nevyhoví, tak všem řeknou, jak se nechala napálit. Postupně se jejich útoky stupňovaly, dokud si toho nevšimli rodiče poškozené dívky. Ti začali situaci okamžitě řešit jak s vedením školy, tak s rodiči útočících dívek. Oběť nakonec skončila v péči psychologa.



Kyberšikana

Kyberšikanu definujeme jako zneužití informačních komunikačních technologií, zejména pak mobilních telefonů a internetu, s cílem poškozenému opakovaně ubližovat, které na něj má dlouhodobý negativní dopad. Jedná se o situaci, kdy se oběť cítí takovýmto jednáním dlouhodobě poškozována. Takové jednání se zpravidla **stupňuje**.

Kyberšikana se z části propojuje s klasickou šikanou ve fyzickém světě. **Je však potřebné ji odlišit od jednorázového útoku! Skutečnou kyberšikanu zažívá 8–10 % dětí.**

41,29 %

dětí a mladistvých se v roce 2018 setkalo s nějakou formou kyberšikany

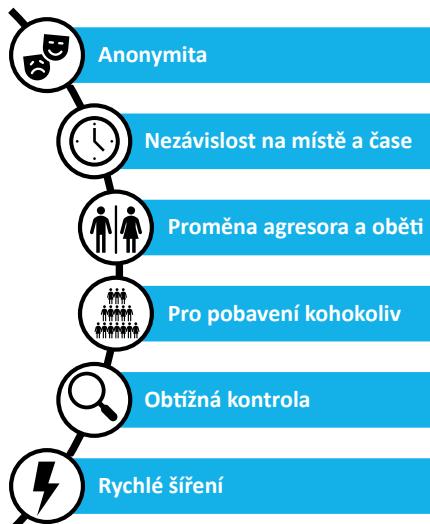
Četnost pachatelů kyberšikany nebo jiných forem agrese vůči dětem



Zdroj: České děti v kybersvětě, Projekt E-bezpečí 2019

Specifika kyberšikany

- přestože útočníci v kyberprostoru spoléhají na svou anonymitu, jsou ve většině případů útočníky spolužáci
- útočník nemusí nutně znát svoji oběť osobně – šikanovat může kohokoliv, kdykoliv a kdekoliv
- nové místo a čas útoků – útoky mohou probíhat v jakoukoliv denní dobu a z jakéhokoliv místa
- odlišné chování lidí v online prostředí a tím i nový profil útočníků a obětí; kyberprostor dává útočníkovi pocit bezpečí; díky tomu může útočit i jedinec, který by v reálném světě neměl fyzickou převahu
- kyberšikana se šíří i pomocí publika, které může sdílet příspěvky, obrázky, videa a další materiály
- rozpoznání oběti kyberšikany je složitější, oběť může mít tendenci dopad útoků bagatelizovat (stejně tak útočník)
- kyberšikana může být i neúmyslná



Formy kyberšikany



Právní přesah

Kyberšikana je velmi problematický rizikový jev a velmi záleží na tom, co je přesně jejím obsahem, kdo je útočníkem a kdo obětí. V současné době se může kyberšikana promítat do celé řady ustanovení trestního zákoníku (zákon č. 40/2009 Sb., ve znění pozdějších předpisů):

- § 144 Účast na sebevraždě
- § 175 Vydírání
- § 180 Neoprávněné nakládání s osobními údaji
- § 181 Poškození cizích práv
- § 184 Pomluva
- § 191 Šíření pornografie
- § 192 Výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií
- § 209 Podvod
- § 230 Neoprávněný přístup k počítačovému systému a nosící informací

Pro školy existuje následující metodické doporučení, kde je popsán postup, jak by se měla škola zachovat při řešení kyberšikany:

Rizikové chování ve školním prostředí – rámcový koncept Příloha č. 7: Kyberšikana a další formy kybernetické agrese. Olomouc: Centrum PRVoK PdF UP Olomouc, 2017.

Formy kybernetické agrese, se kterými se děti setkaly (2018)



Zdroj: České děti v kybersvětě, Projekt E-bezpečí 2019

Prevence

- respektovat ostatní uživatele v online prostředí
- otevřeně komunikovat o všem, co koho trápí – s výchovnou autoritou (rodičem, učitelem...)
- informovat se a vzdělávat se o aktuálních rizikových jevech ve školním i rodinném prostředí
- vždy se seznámit s registračními podmínkami a pravidly jednotlivých online služeb, zejména sociálních sítí
- kontakty v online prostředí navazovat obezřetně a nedůvěřovat všem
- nesdílovat nikomu své citlivé ani osobní informace (adresy, hesla k účtům apod.)
- nepřipojovat se k nepřiměřeným projevům – provokování, ponižování, pomlouvání – a podobné projevy nahlašovat
- v případě dlouhodobějšího stupňujícího se obtěžování vyhledat pomoc



Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

FAQ: Jaký je rozdíl mezi kyberšikanou a jednorázovým útokem?

Často je zaměňováno, co opravdu kyberšikanou je, a co nikoliv. Pro to, aby dané jednání mohlo být označeno jako kyberšikana, je třeba, aby naplňovalo celou řadu náležitostí – především pak opakovnost útoků, stupňování intenzity a délku trvání. Případ, kdy přijde oběti jedna urážlivá zpráva od útočníka, nelze považovat za kyberšikanu, ale jedná se pouze o jednorázový akt agrese. Je však namísto zdůraznit, že kyberútokem i kyberšikana může začít.

FAQ: Co je HappySlapping?

Z anglického překladu veselé fackování. Jedná se o předem naplánované fyzické napadení nic netušící oběti, které je natočeno zpravidla na mobilní telefon nebo jiné záznamové zařízení. Záznam je poté zveřejněn na internetu, případně dále šířen.

Úkol: Videa o kyberšikaně

Na internetu naleznete celou řadu videí o kyberšikaně – ať již založených na skutečných událostech nebo skutečností alespoň inspirovaných.

- [Kyberšikana – Nová škola](#)
- [Kyberšikana – Bezpečně v kyberprostoru](#)
- [Nenech si to pro sebe](#)

Zdroje

České děti v kybersvětě (2019) – E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/veda-a-vyzkum/ceske-detи-v-kybersvete-2019>

Česká školní inspekce ČR – Tematická zpráva – Prevence a řešení šikany a dalších projevů rizikového chování ve školách. Česká školní inspekce ČR – Home [online] [cit. 26.03.2020]. Dostupné z: <https://www.csicr.cz/cz/Dokumenty/Tematicke-zpravy/Tematicka-zprava-Prevence-a-reseni-sikany-a-dalsic?fbclid=IwAR0bgxONflT9Gn-lItOT2nAfpEHTJgaCcf2SJpesS3zAeMHoofZXIPQtWxw>

Další formy kyberšikany – INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kybersikana/dalsi-formy-kybersikany/>

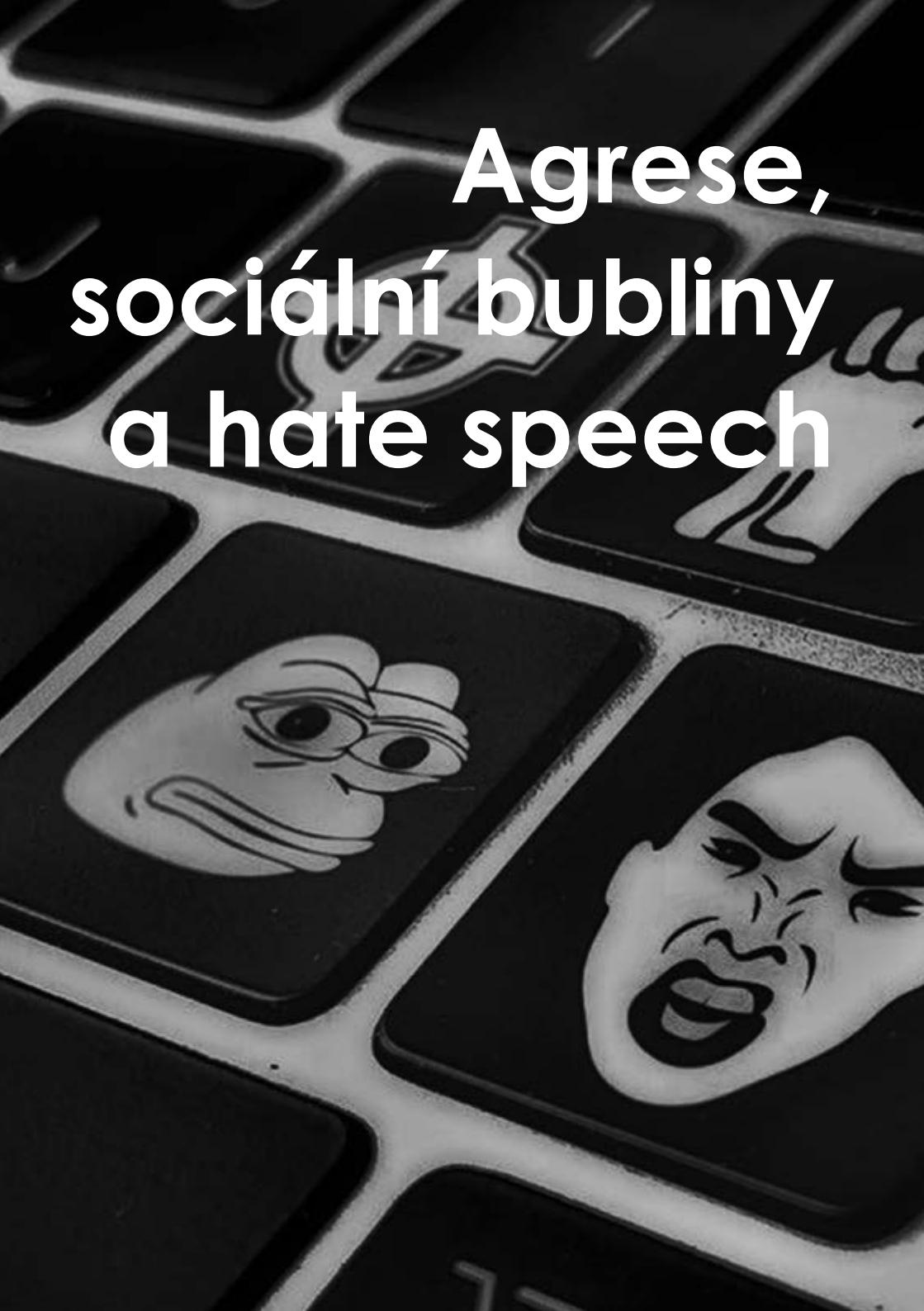
Nebud' oběť! | Rizika internetu a komunikačních technologií. Nebud' oběť! | Rizika internetu a komunikačních technologií [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <http://www.nebudobet.cz/?cat=kybersikana&page=nasledky-kybersikany>

PREVENCE – Kyberšikana – Policie České republiky. Úvodní strana – Policie České republiky [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/prevence-kybersikana.aspx>

Specifické formy kyberšikany spojené s hraním online her – E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=articile&id=1258>

Rizikové chování ve školním prostředí – rámcový koncept Příloha č. 7: Kyberšikana a další formy kybernetické agrese. Olomouc: Centrum PRVoK PdF UP Olomouc, 2017.

Agrese, sociální bubliny a hate speech



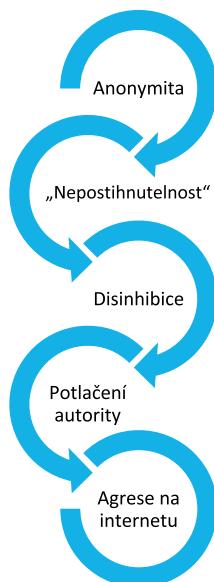
Příběh

Sedmnáctiletý Aleš navštěvuje střední školu. Studium ho příliš nebabí a dokonce hrozí, že propadne. Jeho rodiče se o něj nezajímají a často se hádají. Aleš hledá útočiště na internetu, kde tráví většinu svého času. Během brouzdání po internetu se dostane až do extremistických skupin. Zprvu spíše kvůli zajímavosti a nudě. Později však najde v těchto názorech zalíbení, a především najde skupinu lidí, do které se cítí, že patří. Jediné, co přijde rodičům divné, je, že se chlapec již příliš nestýká se svými starými kamarády. Postupně se radikalizuje, až se dostane do stadia, kdy začne fyzicky napadat lidi s odlišným názorem a skončí ve vazbě.



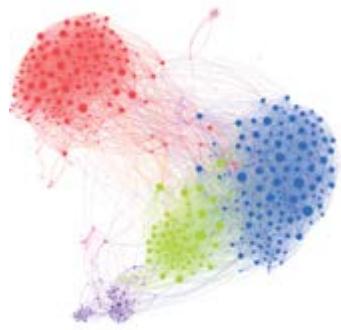
Agrese na internetu

Na internetu máme do značné míry **možnost skrýt svou identitu**. Můžeme si to dovolit více než v offline světě a často zde děláme věci, které bychom jinak nedělali. Některé jedince to může vést k tomu, že budou jednat agresivněji s **vědomím, že zůstanou bez postihu**. S touto anonymitou souvisí také **disinhibice – ztráta zábran v komunikaci**, která se projevuje například tím, že na internetu často uděláme nebo napíšeme věci, které by byly v reálném světě nepřípustné. **Domnělého bezpečí internetu** využívají i útočníci, kteří by v reálném světě neměli fyzickou převahu. Dochází i k **potlačení autority**, k pocitu „všichni jsme si rovní“. Nevíme, jaký společenský status má osoba, se kterou si píšeme, mizí obavy z otevření se před někým, kdo má v realitě vyšší společenský status, než je ten náš.



Sociální bubliny

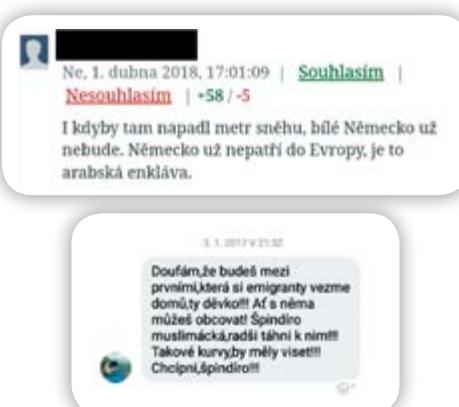
Sociální bubliny představují uzavření člověka do sociální skupiny s podobnými názory. Naleznete je i ve fyzickém životě. Každý z nás se častěji obklopuje lidmi, s nimiž si rozumí – sdílí s nimi názory, hodnoty a postoje. Sociální sítě tento trend dále posilují, pomáhají uživateli obklopit se podobně smýšlajícími lidmi a jejich algoritmy mu servírují informace odpovídající jeho světonázoru. Tato kombinace může vést k tomu, že člověk zůstane uzavřený ve své „názorové“ bublině a ztratí nadhled a schopnost vést diskusi s názorovými oponenty. To může vést až k odcizení, segregaci, prohlubování společenských rozdílů a intoleranci k odlišným názorům.



Hate speech

Hate speech neboli nenávistný projev vnitrostátního práva ne definuje. Obvykle jím chápeme takový typ verbálního projevu, který je vyvolaný předsudky a stereotypy vůči určité skupině lidí.

Důvodem nenávisti může být například barva pleti oběti, její národnost či etnická příslušnost, pohlaví, sexuální orientace, víra, náboženství či věk. Hate speech můžeme zařadit pod širší kategorii násilí z nenávisti, kam spadají krom fyzických také slovní útoky motivované nenávistí vůči určitým zranitelným skupinám. Nenávistné útoky mohou naplnit skutkovou podstatu některých trestních činů ve smyslu trestního zákoníku.

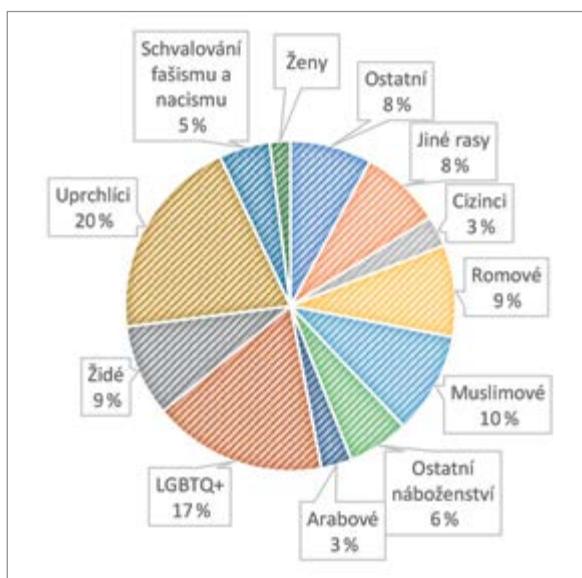


Právní přesah

Zveřejňování nenávistních příspěvků je v první řadě porušením smluvních pravidel samotných sociálních sítích, na kterých jsou nejčastěji zveřejňovány. V případě nalezení podobného příspěvku je správné jej nahlásit správcům, kteří jej odeberou. V případě závažnějších nebo opakovaných nenávistních projevů je na místě zdůraznit, že se jedná o trestný čin podle trestního zákoníku. Může jít například o § 355, 356 nebo 405.

„Kdo veřejně podněcuje k nenávisti k některému národu, rase, etnické skupině, náboženství, třídě nebo jiné skupině osob nebo k omezování práv a svobod jejich příslušníků, bude potrestán odnětím svobody až na dvě léta.“

Četnost pachatelů kyberšikany nebo jiných forem agrese vůči dětem



Zdroj: České děti v kybersvětě, Projekt E-bezpečí 2019

Prevence

- komunikace, výchova v rodině k toleranci vůči druhým
- respekt k odlišnostem a odlišným názorovým skupinám
- „svoboda jednoho končí tam, kde začíná svoboda druhého“
- pozitivní výchovné vzory, se kterými se mohou mladí lidé ztotožnit a mohou ovlivňovat jejich názory
- snaha o objektivitu, vědomé posuzování a vyhodnocování informací založené na ověřených a ověřitelných faktech
- pozor na sociální bubliny
- upozornění na právní přesah v případě ztráty zábran
- **k nenávistným komentářům přistupujte racionálně a pokud se zapojíte do diskuze, tak nepodléhejte emocím!**



Často kladené otázky, doporučení, úkoly a zdroje

FAQ: Sociální bublina jako „komnata ozvěn“?

Sociální bubliny často fungují jako „komnata ozvěn“. Ta představuje fenomén, kdy se skupina osob vzájemnou komunikací utvrzuje ve svých názorech. Názory shodné se opakováním zesilují (vrací se jako ozvěna), zatímco odlišné názory jsou zeslabovány či přímo vyloučeny. Komnaty ozvěn nemusejí být tak negativní, jak se prezentuje.

„Když se ale podíváme na studie, které zkoumají, jak lidé informační technologie skutečně využívají, zjistíme, že většina lidí je používá k tvorbě a upevnění vlastní ,bubliny pohodlí‘. Je to zóna, kde nemusíte řešit žádné nepohodlné kontroverze, nemusíte obhajovat svoje myšlenky, nemusíte nic vysvětlovat. ... Výsledkem ale je, že ztrácíme kritické schopnosti. Ztrácíme schopnost poznávat, vyjednávat, argumentovat, přijímat změnu.“

Úkol: Snímek Maturant

Pro lepší pochopení vlivu sociálních bublin na člověka se podívejte na krátký snímek Maturant. Ve 25 minutách projde kamerou většinu stadií postupné radikalizace mladého muže, která skončí až výrazným aktem agrese. Video je také vhodné použít v rámci preventivních programů věnujících se agresi, sociálním bublinám, hatespeech nebo radikalizaci.

Zdroje

Andrea Svobodová (2015) – Nenávistné projevy v online prostředí – Multikulturní centrum Praha. [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: https://mhc.cz/doc/Vyzkum_grafikaDEFIN.pdf

Hate crime | European Union Agency for Fundamental Rights . [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://fra.europa.eu/en/themes/hate-crime>

Hate crime ... a co na to zákon? – Policie České republiky. Úvodní strana – Policie České republiky [online] [cit. 24.03.2020]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/hate-crime-a-co-na-to-zakon.aspx>

Projevy nenávisti v online prostoru a na sociálních sítích. Matouš Hrdina, Hana Daňková, Liudmila Kopecká. Člověk v tísni, Praha 2016, s. 28. Dostupné z <https://www.clovekvtisni.cz/en/analyza-projevy-nenavisti-v-online-prostoru-a-na-socialnich-sitich-553pub>

Projevy nenávisti v online prostoru a na sociálních sítích. Matouš Hrdina, Hana Daňková, Liudmila Kopecká. Člověk v tísni, Praha 2016, s. 32. Dostupné z <https://www.clovekvtisni.cz/en/analyza-projevy-nenavisti-v-online-prostoru-a-na-socialnich-sitich-553pub>

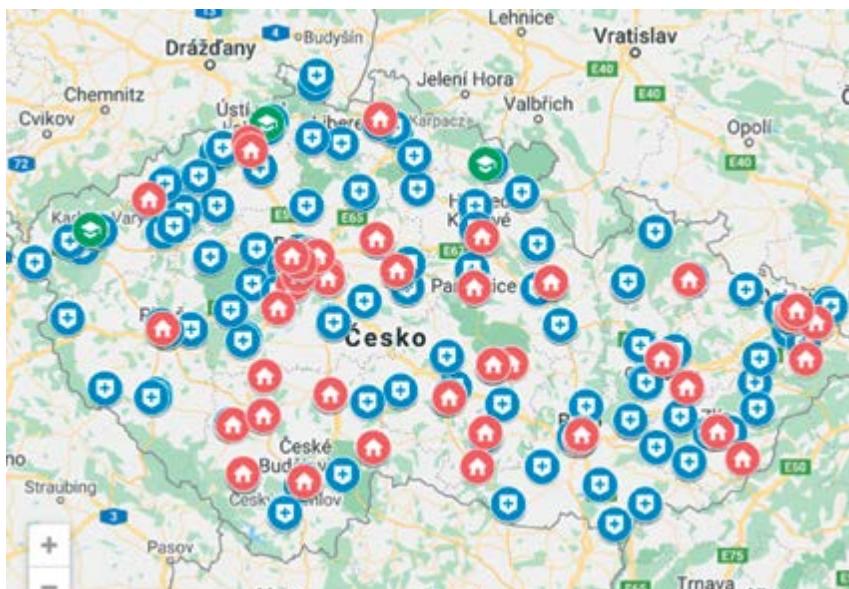
Shrnutí

Zřejmě jste se již na internetu sami setkali s rizikovým jevem či chováním, nebo se ne-příjemná událost v online prostoru stala právě Vám nebo někomu z Vašeho okolí. Pokud nestala, jedině dobře. Není ale možné myslit si, že se právě nám rizikové jevy v kyberprostoru vždy vyhnou. Lépe je být preventivně obeznámen a připraven pro případ, že by podobná zkušenost přišla.

Po absolvování tohoto kurzu Vás rizika kyberprostoru mohou překvapit méně než dřív. Rizikové jevy, které se dnes promítají v kyberprostoru, existovaly již v minulosti, jen se projevovaly převážně ve fyzickém světě. Mění se tedy technologické kulisy, ale lidská přirozenost a základní mechanika mezilidských vztahů zůstává stejná. Pro příklad šikana ve třídě – nově kyberšíkana na Facebooku; pokřikování rasistických hesel na fotbale – nově hate speech na internetu. Dnes se tedy tyto jevy projevují častěji i v kybersvětě. Je dobré si podobná propojení a paralely reálného versus virtuálního světa uvědomovat. Pomůže nám to v pochopení podstaty rizikových jevů a (ne)vhodného chování celkově. Můžeme pak svými znalostmi a zkušenostmi lépe chránit ty, kteří to potřebují nejvíce – zvlášť zranitelné osoby a děti. Základem pro dobře zacílené preventivní působení je dostatek aktuálních informací, vědomostí a znalostí, které budou přímo přeneseny cílovým skupinám. Preventivní působení (nejen) v kyberprostoru je působení předem. To nám klade za cíl být vždy o krok napřed a udržet tak krok s aktuálním děním. Doufáme, že tento materiál a jeho obsah přispěje k Vašemu co nejúspěšnějšímu preventivnímu působení.

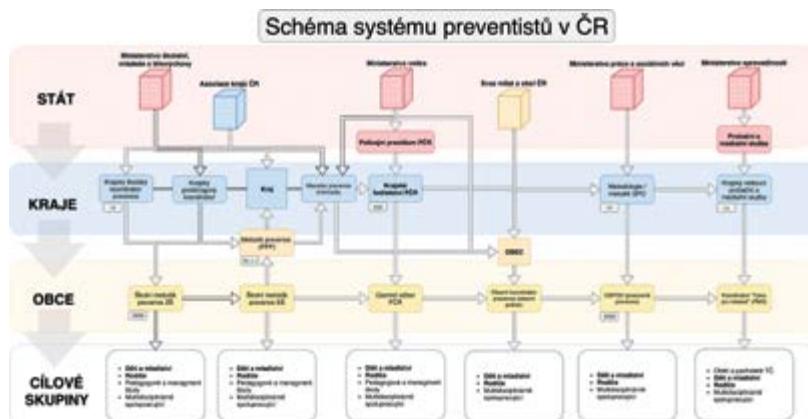
Kde hledat pomoc?

Jedním z nejlepších a nejoblíbenějších způsobů, jak se seznamovat s touto tematikou je prostřednictvím kontaktní výuky – pomocí lektorovaných přednášek a seminářů. Ta může směřovat jak přímo směrem k žákům, tak i směrem k pedagogům nebo rodičům. Koho však máme oslovit v případě, že máme zájem o takovouto formu vzdělávání v oblasti kybernetické bezpečnosti? Připravili jsme pro Vás přehled organizací a subjektů, které jsou schopny kontaktní výuku těchto témat zajistit. Předkládaná mapa je rozdělena do tří základních oblastí – Akreditované NNO, Metodikové prevence a Soukromé organizace. Mapa vychází primárně ze zdrojů [Police ČR](#), [Prevence.info](#), [Seznam NÚV](#), [stránek NPI](#).



Spolupracujte s ostatními preventisty!

V České republice existuje komplexní struktura preventistů, metodiků prevence apod. Můžete tak mezi sebou spolupracovat a předávat si cenné zkušenosti a rady, jak na úspěšnou prevenci. Lépe se vyznat v systému preventistů Vám pomůže následující diagram.



Naše další materiály a zdroje

Vedle tohoto kurzu jsme pro Vás připravili i celou řadu dalších materiálů a zdrojů, se kterými můžete pracovat a bezplatně je využívat. Mezi nimi najeznete především:

Rozcestníky vzdělávacích materiálů – množství organizací poskytuje různé vzdělávací materiály v oblasti kybernetické bezpečnosti. Připravili jsme pro Vás proto přehled těch nejlepších a ověřených aktivit, které můžete (nejen) ve své výuce využívat.

Profily absolventů – ke každému stupni školy jsme připravili profil toho, co by měl v ideální případě absolvent dané školy v oblasti kybernetické bezpečnosti umět.

Hry, prezentace a ostatní materiály – pro Vaše použití máme také řadu dalších materiálů a je jen na Vás, jestli je a využijete ve své výuce.

Bezpečnostní doporučení – nejen pro běžné uživatele, ale také pro správce sítí a ostatní uživatele.

Všechny tyto materiály najdete volně ke stažení na www.nukib.cz/cs/vzdelani

Závěr

Před sebou již máte jen ověření získaných znalostí.

Rádi bychom Vám závěrem popřáli, aby se získaná inspirace, nápady, nové znalosti mohly promítnout do Vaší práce. Také si velmi přejeme, abychom vzděláváním a osvětou společně s Vámi pomohli ochránit i ty, kteří takové povědomí o rizikových jevech v kybersvětě ještě nemají.

Jen spolu můžeme něco ovlivnit v kyberprostoru i mimo něj. Pokrok nezastavíme. Můžeme jej přjmout jako pozitivní výzvu ke změně našich postojů, našeho myšlení i chování. Je to jen na nás!

Pokud máte zájem o absolvování kurzu v elektronické podobě a mít tak možnost získat certifikát o jeho absolvování, navštívte stránky <http://preventiste.nukib.cz/>



Autoři kurzu: Mgr. et Mgr. Lucie Kosová a Mgr. Petr Martinek
Oddělení vzdělávání, Národní úřad pro kybernetickou a informační bezpečnost
Email: vzdelavani@nukib.cz
Náklad: 350 ks
Publikace je určena k šíření zdarma prostřednictvím NÚKIB.

NÚKIB



Národní úřad
pro kybernetickou
a informační
bezpečnost