Vážení rodiče,
zamýšlím se nad tím, jak se nám daří přizpůsobit se změnám, které v důsledku karantény mění naše životy (rituály, zvyky a jistoty). Nechodíme do školy či do zaměstnání. Nemáme možnost navštěvovat své blízké. Celé Velikonoce jsme byli v sociální izolaci. Jediný kontakt s okolím zajišťovaly sdělovací prostředky a sociální sítě.

Využíváme PC, internet a vymoženosti s tím spojené. Dostaneme se rychle k informacím, které jsou pro nás důležité. A to jak z hlediska naši ochrany (opatření, dostupnost ochranných prostředků, sdílení zkušeností...), tak i z důvodů studijních (výuka na dálku), případně pracovních (Home Office). A jsme si dobře vědomi, že bez toho by byly následky pandemie mnohem závažnější.

Ale pozor i zde platí (jako v mnoha dalších případech) že dobrý sluha může být i zlý pán. V této souvislosti je dobré poukázat na dvě velmi závažná rizika.

První z nich je spojeno **možností zneužití dětí na sociálních sítích**. Před vypuknutím karantény byla danému tématu věnována značná pozornost v médiích. Zajisté právem. Zvýšená míra rizika je nyní navíc podpořena několika hledisky. Děti tráví více času u počítače a v důsledku toho mohou začít experimentovat. Zvyšuje se možnost kontaktu se závadnou osobou. Ovšem také potenciální agresoři zůstávají doma v izolaci a vědí, že mají větší základnu, na kterou se mohou obracet.

Proto by rodiče měli mít představu, jakým způsobem tráví děti čas ve virtuální realitě, s kým komunikují apod. Měli by je podrobně poučit o nebezpečí, která jsou s tím spojená.

Děti před možnými následky psychického vydírání a sexuálního násilí totiž ubráníme jedině tím, že o nich budeme mluvit. **A to velmi konkrétně. Cílem není někoho vystrašit, ale ochránit.**

Je třeba hovořit o tom, že jsou lidé, kteří se dokážou postupně vemluvit do naší přízně, získat důvěru, vyjádřit pochopení, probírat s námi všední či závažnějšími problémy. To dětem zpravidla schází. Pracovně vytížení rodiče na takové věci obtížně hledají čas a energii. Naopak agresoři tím vším disponují v hojné míře. Mohou děti vyslechnout, podpořit je, poradit jim. Tím se s nimi sblíží a ony pak přestanou být ostražité. Což je velmi nebezpečné.

Mezi sociálně závadnými osobami bývá vysoké procento velmi zdatných manipulátorů, kteří dokážou přimět svou oběť k tomu, co sama nechce a za jiných okolností by nikdy neudělala.

A stát se to se může opravdu každému. Nepohrávala bych si s myšlenkou, že já stojím mimo všechna rizika. Nikdo není tak chytrý a teoreticky poučený, že by mohl s jistotou tvrdit, že jeho se to netýká. V důsledku výše uvedených manipulativních postupů pak děti jednají pod vlivem (případně nátlakem) osoby, která je utvrzuje v tom, že o nic nejde, že jejich požadavky jsou normální a nikdo se o nich navíc nedozví.

Popřípadě sami o možných rizicích děti poučí. Zároveň však zdůrazní, že zde se jedná o zcela jiný (nezávadný) případ.

Zdůrazňuji tyto taktiky záměrně. Pokud se dítě stane obětí podobného útoku, má v tu chvíli vědět, že:

- stát se to může každému
- není to ostuda
- podstatné je, že si rizika uvědomil a chce jim čelit

(čím dříve, tím lépe, tím menší budou důsledky a škody)

- v rodiči má ochránce a spojence
- nemusí volit mezi strachem z nátlaku agresora a strachem z reakce rodičů

V tomto ohledu jsou ohroženější ti, kdož více přemýšlí, cítí odpovědnost, více se obávají důsledků a následků než ti, kdo si s ničím hlavu nelámou.

Nejúčelnější obranou je v každém případě prevence. Je dobré **hovořit** s dětmi jak **o riziku**,tak i **o způsobech řešení** vzniklé situace. **Ujistit je o své bezpodmínečné lásce.** O tom, že rodič je ten nejbližší, na koho se mohou s důvěrou obrátit, kdo pochopí jejich rozpaky a nebude jim to mít za zlé. Podpoří je a pomůže celou věc vyřešit.

Jak tedy **nejlépe postupovat**, pokud již k nátlaku či nějaké formě zneužití došlo?

Říká se, že nejlepší obranou je útok. Tedy přesněji transformovat míru stresu do obranné polohy. Takto získanou energií posílit odvahu a odhodlání k vlastní ochraně. Pokud mi někdo vyhrožuje nebo mne zastrašuje, nesmím se zaleknout. Naopak. Musím budovat vlastní pozice. Hledám tedy spojence. Ihned se obrátím na rodiče, budu o vzniklé situaci věcně mluvit, nic nezamlčím a seznámím je se všemi fakty. To je jediná možnost, jak převzít aktivitu, začít jednat a útokům čelit. Jinak se zlo bude stupňovat. Čemuž mohu zabránit, jen když se mu co nejdřív postavím.

Podle závažnosti pak mohou rodiče zvolit celou řadu dalších kroků. Doporučuji však obrátit se spíš na odborníky. Ti mají již zkušenosti a vědí, které kroky jsou účelné, které méně, jaké volit právní prostředky apod. Rozhodně je vhodné alespoň postup konzultovat. Obrátit se můžete na Pedagogicko-psychologickou poradnu, Bílý kruh bezpečí, privátního psychologa. Některé kontakty mají děti uvedené v žákovské knížce. Prosím nepodceňujte důležitost tohoto upozornění.
Zmínila jsem se, že čas trávený na PC sebou nese dvě rizika. To první jsme výše dost podrobně probrali. Námětů k zamyšlení se nabízí mnoho. Další část proto ponechám na příště.

Mgr. Ywonne Hubičková
speciální pedagog
SPP MŠ a ZŠ Záhoří