

Spolu pro zdravá média

Metodická příručka a školící materiál pro pracovníky s mládeží



Rozvoj mediální gramotnosti a prevence radikalizace mladých lidí v online prostředí

Projekt:

Spolu pre zdravé médiá: Projekt na posilnenie gramotnosti a zmierňovanie radikalizácie mládeže

Realizátor projektu:

Rada mládeže Slovenska a Česká rada dětí a mládeže

Květen 2026

Název publikace:

Metodická příručka a školící materiál pro pracovníky s mládeží: Rozvoj mediální gramotnosti a prevence radikalizace mladých lidí v online prostředí

Autorky:

Mgr. Ema Brunovská

Mgr. Nela Andresová

Vydavatel:

Rada mládeže Slovenska a Česká rada dětí a mládeže

Rok vydání:

2026

Publikace vznikla v rámci projektu *Spolu pro zdravá média: Projekt na posílení gramotnosti a zmírňování radikalizace mládeže* financovaného Evropskou unií. Finanční podpora projektu byla realizována v rámci programu Erasmus+.

Vyjádřené názory a postoje jsou však pouze názory a prohlášeními autorek a nemusí nutně odrážet názory a stanoviska Evropské unie nebo Národní agentury Erasmus+. Evropská unie ani orgán udělující grant za ně nenesou odpovědnost.

Publikace neprošla finální jazykovou korekturou.

Zdroj fotografie na úvodní straně: Christopher Campbell / unsplash.com

Zdroj grafických ilustrací: Canva

Obsah

O projektu a o příručce	4
Jak používat tento materiál	5
Výzkumná východiska a odborný rámec příručky	7
1. Úvod	7
2. Dospívání, identita a vznik negativních postojů	8
3. Jak online prostředí ovlivňuje postoje mladých lidí.....	9
4. Jak mohou pracovníci s mládeží působit preventivně?	11
Praktické moduly.....	13
Jak fungují sociální sítě?.....	14
Jak rozpoznat manipulativní obsah?.....	16
Influenceri a skrytý vliv online osobností.....	18
Polarizace a radikalizace	20
Jak ověřovat informace?.....	22
Jak reagovat na problematický obsah?.....	24
Modelové situace a doporučené reakce	26
Praktický checklist pro pracovníky s mládeží	28
Doporučené zdroje	29
Závěr	31

O projektu a o příručce

Tato metodická příručka vznikla v rámci projektu *Spolu pro zdravá média: Projekt na posílení gramotnosti a zmírňování radikalizace mládeže*, realizovaného Radou mládeže Slovenska a Českou radou dětí a mládeže v rámci programu Erasmus+. Projekt je součástí iniciativy Youth@MEDIAGRAM – *Together for Healthy Media: A Project to Strengthen Literacy and Mitigate Youth Radicalization*.

Příručka vznikla jako společný česko-slovenský metodický a školící materiál pro pracovníky s mládeží, učitele, mládežnické vedoucí, koordinátory volnočasových aktivit a další odborníky, kteří pracují s mladými lidmi v online i offline prostředí. Jejím cílem je podpořit rozvoj mediální gramotnosti, kritického myšlení, bezpečné komunikace a schopnosti mladých lidí orientovat se v digitálním prostoru.

Tento materiál vznikl jako praktická pomůcka pro pracovníky s mládeží v rámci projektu zaměřeného na prevenci radikalizace mladých lidí v online prostředí. Vychází z projektových výzkumných aktivit, zejména z výzkumné zprávy založené na analýze reprezentativního průzkumu v České a Slovenské republice Radikalizace mladých lidí v online prostoru: Postoje a radikalizace mládeže v digitálním prostoru a z výzkumné zprávy Radikalizace mladých lidí v online prostoru: Analýza fokusových skupin v České a Slovenské republice. Výzkum se zaměřil na to, jak mladí lidé využívají sociální sítě, jakým zdrojům důvěřují, jak se setkávají s manipulačním, polarizujícím či radikalizačním obsahem a jakou podporu potřebují pro bezpečné a kritické fungování v online prostředí. Teoretická část této příručky vychází především z poznatků shrnutých v uvedených výzkumných zprávách, které obsahují podrobnější metodická i odborná východiska. Čtenářům, kteří se chtějí s problematikou seznámit do větší hloubky, doporučujeme obě publikace jako navazující zdroje.

Při zpracování této příručky byly dále využity odborné poznatky a vybrané vzdělávací materiály ze vzdělávacího kurzu *Rozpoznávání a prevence radikalizace*, realizovaného vzdělávací sekci ČRDM – Vzdělávačky v květnu a červnu 2026. Současně byly využity i zkušenosti a vzdělávací materiály vytvořené Radou mládeže Slovenska v rámci rovnakého školení *Radikalizácia a extrémizmus na sociálnych sieťach*.

Cílem této příručky není mladým lidem říkat, co si mají myslet, ani „opravovat“ jejich názory. Jejím cílem je nabídnout pracovníkům s mládeží praktický rámec, jak s mladými lidmi otevírat náročná témata bezpečně, respektující a srozumitelně. Příručka pomáhá rozvíjet schopnost přemýšlet nad online obsahem, ověřovat informace, rozpoznávat

manipulativní techniky, rozumět vlivu algoritmů a influencerů a vést dialog iv situacích, které jsou citlivé nebo konfliktní.

Důležitou součástí materiálu je také prevence radikalizace. Radikalizaci nevnímáme jako náhlý jev způsobený jedním příspěvkem nebo jednou sociální sítí. Jedná se o postupný a komplexní proces, ve kterém se mohou propojovat osobní zkušenosti, emoce, pocit nespravedlnosti, potřeba někam patřit, vliv skupiny, společenské napětí i online obsah.

Společný česko-slovenský charakter příručky umožňuje využívat zkušeností, příkladů a zdrojů z obou zemí. Příručka proto nabízí společný rámec, který lze přizpůsobit věku účastníků, typu skupiny, místnímu kontextu i formě práce.

Jak používat tento materiál

Tato příručka je určena jako praktická pomůcka pro pracovníky s mládeží, učitele, mládežnické vedoucí a další odborníky, kteří se věnují práci s mladými lidmi. Může být využita při školeních, workshopech, diskusích, preventivních aktivitách nebo jako podklad při přípravě vlastního vzdělávacího programu.

Materiál lze použít jako celek nebo pracovat pouze s vybranými moduly podle potřeb konkrétní skupiny. Celý program je navržen přibližně na 6 až 8 hodin, jednotlivé moduly však lze realizovat i samostatně. Materiál vznikl primárně pro cílovou skupinu mladých lidí ve věku 15 až 29 let. Svým zaměřením a obsahem je však vhodný i pro práci s mladšími dospívajícími, pokud jsou jednotlivé aktivity přizpůsobeny jejich věku a zkušenostem.

Aktivity lze realizovat prezenčně, online i hybridně. Při práci s mladšími účastníky doporučujeme používat jednodušší jazyk a více konkrétních příkladů. U starších účastníků je možné jít hlouběji do diskuse o společenských tématech, polarizaci, demokracii, důvěře v média nebo hranicích svobody projevu.

Jednotlivé moduly obsahují vzdělávací cíl, doporučené trvání, klíčová témata, návrh aktivity, otázky na reflexi a doporučení pro facilitátora. Aktivity lze upravovat podle věku, zkušeností a citlivosti skupiny.

Před začátkem práce doporučujeme dohodnout si se skupinou základní pravidla diskuse: respekt vůči druhým, zákaz zesměšňování, právo neodpovídat, rozlišování mezi kritikou názoru a útokem na člověka a důvěrnost osobních zkušeností.

Cílem aktivit není hodnotit názory mladých lidí jako správné nebo nesprávné. Důležité je vytvořit bezpečný prostor pro přemýšlení, otázky a diskusi. Facilitátor by měl podporovat otevřenost, ale zároveň jasně nastavit hranice při nenávistných, dehumanizujících nebo násilí ospravedlňujících vyjádřeních.

Při práci s online obsahem doporučujeme používat zejména modelové, anonymizované nebo upravené příklady. Není třeba vystavovat účastníky extrémně nenávistnému nebo traumatizujícímu obsahu. Po každé aktivitě je vhodné zařadit krátkou reflexi, která pomůže účastníkům propojit téma s vlastní zkušeností.

Tato příručka není krizovým intervenčním manuálem. Pokud se během aktivity objeví podezření na vážné ohrožení bezpečí, přímé výhrůžky, obhajoba násilí nebo situace přesahující kompetence facilitátora, je třeba postupovat podle pravidel organizace a obrátit se na příslušné odborníky nebo instituce.



Výzkumná východiska a odborný rámec příručky

1. Úvod

Sociální sítě jsou dnes přirozenou součástí každodenního života mladých lidí. Slouží ke komunikaci, získávání informací, zábavě, budování vztahů i hledání identity. Zároveň však představují prostor, ve kterém se mladí lidé mohou setkávat s nenávistným, násilným, dezinformačním nebo radikalizačním obsahem.

Výsledky reprezentativního výzkumu realizovaného ve Slovenské republice a České republice potvrzují, že sociální sítě jsou pro mladé lidi běžnou a každodenní součástí života. V České republice využívá sociální sítě téměř celá sledovaná populace mladých lidí, na Slovensku jich využívá více než devět z deseti mladých. Sociální sítě proto nelze chápat pouze jako volnočasový nebo zábavní prostor, ale také jako prostředí, ve kterém mladí získávají informace, sledují veřejné dění, budují vztahy a formují své postoje.

V souvislosti s těmito jevy se často objevují pojmy radikalismus a extremismus. Přestože se někdy zaměňují, nejde o totéž. Radikalismus označuje soubor politických názorů, které se výrazně liší od většinového pohledu a usilují o zásadní změnu společnosti. Nemusí být spojen s nenávistí nebo násilím, ale může vést k extremistickým postojům. Extremismus naopak představuje soubor nenávistných názorů, které označují společnost za „zkaženou“ a nabízejí zjednodušená řešení složitých problémů. Často je spojen s odmítáním demokracie, útlakem vybraných skupin nebo omlouváním násilí.

Ve výzkumu se ukázalo, že mladí lidé se s problematickým obsahem setkávají poměrně často, ale ne vždy ho stejně pojmenovávají nebo vyhodnocují jako rizikový. Nejčastěji uváděli zkušenost s konspiračními teoriemi, politickým extremismem, nenávistnými projevy vůči LGBT+ lidem, etnickým a národnostním menšinám, ženám nebo s násilným obsahem. Důležité proto je pracovat s jasným rozlišováním pojmů a nepoužívat označení jako radikalizace nebo extremismus příliš volně.

Radikalizace je komplexní proces, který nevzniká náhle ani působením jediného faktoru. Významnou roli v něm hrají individuální zkušenosti, potřeba sounáležitosti, hledání identity, vztahy s okolím i širší společenské prostředí. Výzkumy zároveň ukazují, že radikalizaci často podmiňuje kombinace různých faktorů zahrnujících individuální

psychologické procesy, vliv skupin, do kterých člověk patří, jakož i problémy, které v těchto skupinách nebo ve společnosti vnímá.

I naše zjištění ukazují, že radikalizaci nelze vysvětlovat pouze působením sociálních sítí. Online prostředí může být důležitým prostorem, kde se radikalizační narativy šíří, ale samotný proces souvisí is pocitem nespravedlnosti, frustrací, hledáním identity, potřebou někam patřit nebo s nedůvěrou vůči společenským institucím. Proto je důležité vnímat mladého člověka v širším kontextu jeho života, vztahů a zkušeností.

Online prostředí může některé z těchto procesů posilovat. Sociální sítě usnadňují vytváření komunit podobně smýšlejících lidí, podporují pocit sounáležitosti a umožňují rychlé šíření obsahu působícího na emoce. Algoritmy sociálních sítí navíc často zvyšují obsah vyvolávající silné reakce, například pobouření, konflikt, šok nebo strach. Mladí lidé se tak mohou opakovaně setkávat s podobnými názory a poselstvími, která ovlivňují jejich postoje a pohled na svět.

Výzkum poukázal na to, že mladí lidé se často pohybují v prostředí, kde se informace ověřují přes blízké sociální okolí nebo další sociální sítě. Tento způsob může být pro mladé přirozený a důvěryhodný, ale zároveň může posilovat informační bubliny a opakované setkávání s podobnými názory. Právě proto se příručka věnuje také algoritmům, informačním bublinám, důvěryhodnosti zdrojů a práci s emocemi.

Tento materiál je určen pracovníkům s mládeží ale i jiným lidem, kteří se ve své praxi setkávají s různorodými názory, zkušenostmi a potřebami mladých lidí. Jeho cílem je přiblížit některé souvislosti vzniku negativních postojů, polarizace a radikalizace v online prostředí a nabídnout podněty pro preventivní práci s mladými lidmi.

Výsledky výzkumu potvrzují, že pracovníci s mládeží mohou v prevenci hrát důležitou roli. Mladí při hledání podpory a ověřování informací důvěřují zejména lidem ze svého blízkého okolí, odborníkům, učitelům a dalším dospělým, se kterými mají osobní vztah. Pracovník s mládeží proto nemusí být expertem na všechny online trendy, ale potřebuje umět vytvořit bezpečný prostor, klást dobré otázky, vést dialog a rozpoznat situace, které vyžadují zvýšenou pozornost.

2. Dospívání, identita a vznik negativních postojů

- hledání identity
- potřeba přijetí a sounáležitosti
- vznik negativních postojů
- práce s emocemi

Období dospívání je spojeno s hledáním identity, osamostatňováním se od rodičů a budováním nových vztahů s vrstevníky. Mladí lidé si postupně vytvářejí odpověď na otázky „Kdo jsem?“ a „Kam patřím?“.

Ve výzkumu se ukázalo, že mladí lidé nevnímají online prostředí pouze jako zdroj informací, ale také jako prostor vztahů, identity a příslušnosti. Sociální sítě využívají ke kontaktu s přáteli a rodinou, zábavu, osobní zájmy, inspiraci i sledování veřejného dění. Právě proto je třeba při prevenci pracovat nejen s informacemi, ale také s tím, kam mladý člověk patří, koho sleduje, komu důvěřuje a kde zažívá uznání.

Dospívání je zároveň obdobím intenzivních změn. Výzkum ukázal, že postoje mladých lidí jsou často komplexní a ne vždy jednoznačné. Mladí mohou současně podporovat demokratické principy a rovnost práv, ale zároveň vyjadřovat stereotypní postoje vůči některým skupinám nebo připouštět omezování práv jménem ochrany společnosti. To znamená, že preventivní práce by neměla stát na nálepkování mladých lidí, ale na citlivém rozvíjení schopnosti přemýšlet o důsledcích názorů a chování.

Obsah, který mladí v online prostředí potýkají, často pracuje právě s emocemi: se strachem, hněvem, pocitem ohrožení, nespravedlnosti nebo výsměchem vůči jiným skupinám. Výzkum ukázal, že mladí za rizikové považují zejména politické příspěvky, konspirační teorie, dezinformace, nenávistné projevy a polarizující diskuse. Proto je důležité učit mladé nejen ověřovat fakta, ale také rozpoznávat, jakou emoci v nich obsah vyvolává a proč.

Negativní postoje zpravidla nevznikají náhle, naopak se formují postupně. V online prostředí mohou tento proces urychlovat algoritmy sociálních sítí, které zvýhodňují obsah vyvolávající pobouření, konflikt, šok nebo strach. Zjištění výzkumu podporují potřebu mluvit o radikalizaci jako o postupném procesu. Mladí často nevnímají vlastní zranitelnost vůči radikalizačnímu obsahu, ale zároveň znají ve svém okolí lidi, kteří se podle nich pod vlivem sociálních sítí radikalizovali nebo začali zastávat extrémnější postoje. To ukazuje, že prevence by měla mladé vést k reflexi vlastního online prostředí, ne jen k hodnocení chování druhých.

3. Jak online prostředí ovlivňuje postoje mladých lidí

- algoritmy sociálních sítí
- obsah založený na emocích, konfliktu a pobouření
- echo chambers / názorové bubliny
- sociální odměny: lajky, sdílení, pozornost
- influenceri a online komunity
- jak může online prostředí posilovat již existující postoje

Internet a sociální sítě hrají v procesu radikalizace stále významnější roli, přesto však nejsou jeho hlavní příčinou. Radikalizace se podle výzkumů projevuje především mimo online prostředí, kde na jednotlivce působí různé faktory spojené s frustrací, pocitem nespravedlnosti nebo hledáním řešení vlastních problémů. Online prostředí však může tyto procesy posilovat tím, že nabízí prostor, ve kterém jsou taková řešení prezentována a sdílána.

Výsledky výzkumu ukázaly, že online prostředí je významným prostorem setkávání s radikálním a extremistickým obsahem, ale zároveň není jediným vysvětlením radikalizace. Mladí lidé vnímají jako rizikové zejména politické příspěvky, konspirační teorie, dezinformace, nenávistné projevy a konfliktní komentáře. Právě tyto typy obsahu mohou posilovat již existující frustraci, nedůvěru nebo pocit ohrožení.

Jednou z charakteristik sociálních sítí je jednoduchost vytváření sítí podobně smýšlejících lidí. Online prostředí zároveň umožňuje anonymnější vyjadřování názorů a podporuje vytváření komunit, které svým členům poskytují pocit sounáležitosti a kolektivní identity. Právě potřeba sounáležitosti a uznání ze strany komunity může být jedním z faktorů, které ovlivňují postoje mladých lidí.

Výzkum poukázal také na význam influencerů a online osobností. Mladí nemusí vždy deklarovat, že jejich influenceři ovlivňují, ale zároveň je pravidelně sledují pro zábavu, inspiraci, informace nebo názorovou blízkost. Důvěra v online osobnosti proto nemusí být vnímána jako „ovlivňování“, ale může přirozeně vstupovat do formování postojů, vkusu, hodnot a názorů.

Významnou roli hrají i algoritmy sociálních sítí. Ty jsou navrženy tak, aby podporovaly interakce a angažovanost uživatelů. V důsledku toho často upřednostňují obsah, který vyvolává silné emocionální reakce. Výzkumy upozorňují zejména na obsah spojený s pobouřením, hněvem nebo strachem. Takové příspěvky získávají větší viditelnost a mohou přispívat k prohlubování polarizace i šíření rozdělovajících nebo extremistických narativů.

Naše výzkumná zjištění ukazují, že mladí se s problematickým obsahem nesetkávají rovnoměrně. Typ obsahu, který vidí, může souviset s tím, jaké platformy používají, jaká témata sledují, s kým jsou v kontaktu a jak na obsah reagují. To je důležité i pro metodickou práci: mladí v jedné skupině nemusí mít stejnou online zkušenost, i když používají stejné sociální sítě.

Sociální média zároveň vytvářejí prostředí, ve kterém se lidé setkávají především s informacemi a názory potvrzujícími jejich stávající přesvědčení. Tento jev se označuje jako echo chamber, tedy názorová ozvěna nebo názorová bublina. Omezené setkávání s odlišnými perspektivy může posilovat již existující postoje a přispívat k polarizaci společnosti.

Výzkum ukázal, že mladí lidé při ověřování informací často využívají blízké sociální okolí, další sociální sítě nebo domácí zpravodajská média. Méně často sahají po odborných zdrojích, vědeckých člancích nebo zahraničních médiích. Takové ověřování může být pro mladé přirozené, ale zároveň může vést k tomu, že se informace pohybují zejména v rámci již existujících vztahů a názorových bublin.

Pro mladé lidi jsou sociální média důležitým prostorem pro získávání informací, komunikaci a budování vztahů. Výzkumy zároveň upozorňují, že právě mladí lidé mohou být vůči působení radikálních narativů zranitelnější, zejména v období formování identity a hledání vlastního místa ve společnosti. Sociální média proto mohou hrát významnou roli při utváření postojů, názorů i způsobu, jakým mladí lidé vnímají společenské dění kolem sebe.

Komparace slovenských a českých dat ukazuje, že mladí lidé v obou zemích fungují ve velmi podobném digitálním prostředí. Sociální sítě vytvářejí společný informační prostor, ve kterém se šíří podobné typy obsahu, narativů a společenských témat. To je důvod, proč tato příručka pracuje se společným česko-slovenským rámcem, který lze přizpůsobit konkrétnímu národnímu nebo lokálnímu kontextu.

4. Jak mohou pracovníci s mládeží působit preventivně?

- vytváření bezpečného prostoru, práce s identitou a pocitem sounáležitosti
- podpora kritického myšlení, rozvoj mediální gramotnosti
- práce s emocemi a konfliktem, vedení dialogu namísto konfrontace
- rozpoznávání varovných signálů a rizikových situací
- reakce na problematický obsah v online prostředí
- spolupráce s dalšími odborníky a institucemi

Výzkum ukazuje, že preventivní práce by měla stát na kombinaci mediální gramotnosti, kritického myšlení, práce s emocemi a bezpečného dialogu. Mladí se při problematickém obsahu často chovají pasivně nebo ochranně: obsah ignorují, skryjí, nahlásí nebo na něj reagují jen jednoduše. Když však obsah přichází od blízké osoby, častěji se snaží diskutovat, vysvětlovat svůj postoj nebo vyjádřit nesouhlas.

Pro pracovníky s mládeží z toho vyplývá, že mladí potřebují nejen vědět, jak rozpoznat problematický obsah, ale také jak na něj bezpečně reagovat. Důležité je učit je rozlišovat mezi situacemi, kdy má smysl diskutovat, když je vhodnější obsah nahlásit nebo skrýt, a když je třeba obrátit se na důvěryhodného dospělého nebo odborníka.

Zároveň platí, že pracovník s mládeží by neměl zůstat na závažné situace sám. Objeví-li se obhajoba násilí, přímé výhrůžky, šíření nenávisti nebo podezření, že mladý člověk je v rizikovém kontaktu s extremistickou skupinou, je třeba postupovat podle pravidel organizace a zapojit další odborníky nebo instituce.

Tato příručka proto navazuje na výzkumná zjištění praktickými aktivitami, které pomáhají pracovníkům s mládeží otevírat náročná témata bezpečně, citlivě a bez moralizování. Cílem není mladé lidi nálepkovat, ale pomoci jim lépe rozumět online prostředí, vlastním reakcím, vlivu skupiny a hranicím mezi názorem, stereotypem, nenávistí a obhajobou násilí. vlivu skupiny a hranicím mezi názorem, stereotypem, nenávistí a obhajobou násilí.



Praktické moduly

Následující moduly slouží jako praktická část příručky. Je možné je realizovat jako jeden souvislý program nebo samostatně podle potřeb konkrétní skupiny. Každý modul se věnuje jedné oblasti online prostředí, mediální gramotnosti nebo prevence radikalizace.

Aktivity jsou určeny zejména pro mladé lidi ve věku 15 až 29 let, vhodné jsou však i pro práci s mladšími dospívajícími. Facilitátor je může přizpůsobit věku, zkušenostem, velikosti skupiny a citlivosti tématu. Při práci s online obsahem doporučujeme používat zejména modelové, anonymizované nebo upravené příklady.

Obsah modulů

Jak fungují sociální sítě?.....	14
Jak rozpoznat manipulativní obsah?.....	16
Influenceri a skrytý vliv online osobností.....	18
Polarizace a radikalizace	20
Jak ověřovat informace?	22
Jak reagovat na problematický obsah?.....	24

Jak fungují sociální sítě?

Vzdělávací cíl: Účastníci rozumějí tomu, že obsah, který vidí na sociálních sítích, není náhodný. Umí pojmenovat základní principy fungování algoritmů, doporučeného obsahu, personalizace a informačních bublin.

Trvání: 40 – 50 minut

Klíčová témata: Algoritmy, doporučený obsah, personalizace, informační bubliny, echo chambers, emoce a pozornost v online prostoru.

Aktivita: Jeden den mého algoritmu

Účastníci si vyberou jednu platformu, kterou běžně používají, například TikTok, Instagram, YouTube nebo Facebook. Prohlédnou si posledních 10 až 20 doporučených příspěvků nebo videí a zaznamenají, jaké typy obsahu se jim zobrazily. Nemusí nikomu ukazovat svůj účet ani konkrétní obsah.

Postup

1. Facilitátor stručně vysvětlí, že sociální sítě doporučují obsah podle toho, co sledujeme, lajkujeme, komentujeme, sdílíme nebo při čem se zastavíme.
2. Účastníci si individuálně poznají, jaká témata, emoce a typy obsahu se jim zobrazují.
3. Ve dvojicích nebo malých skupinách diskutují o tom, zda se jejich doporučení podobají nebo liší.
4. Skupina společně přemýšlí, jak může opakované setkávání s podobným obsahem ovlivnit pohled na svět.

Otázky na reflexi

- Jaká témata se vám zobrazovala nejčastěji?
- Jaké emoce tento obsah vyvolával?
- Viděli všichni podobný obsah nebo se doporučení lišila?
- Proč vám algoritmus podle vás doporučuje právě tento obsah?
- Jak může dlouhodobé sledování podobného obsahu ovlivnit naše názory?

Poznámka pro facilitátora

Účastníci nemusí ukazovat své osobní účty ani konkrétní příspěvky. Cílem aktivity není hodnotit, co kdo sleduje, ale pochopit, že algoritmy vytvářejí každému uživateli poněkud jiný obraz online světa.

Prostor pro poznámky

Jak rozpoznat manipulativní obsah?

Vzdělávací cíl: Účastníci dokážu rozpoznat základné znaky manipulativného obsahu. Vedia odlíšiť fakt, názor, emóciu a manipulatívnu techniku.

Trvaní: 40 – 50 minut

Klíčová témata: Dezinformace, hoaxy, clickbait, emocionální manipulace, důvěryhodnost zdrojů, fakt a názor.

Aktivita: Pravda nebo manipulace?

Účastníci pracují s připravenými titulky, screenshoty, krátkými články nebo modelovými příspěvky. Jejich úkolem není pouze určit, zda je obsah pravdivý nebo nepravdivý, ale všimnout si, jak je napsán a jaký účinek má vyvolat.

Postup

1. Facilitátor rozdělí účastníky do menších skupin a rozdá jim připravené příklady obsahu.
2. Skupiny při každém příkladu určí, co je hlavní tvrzení.
3. Následně zkoumají, zda se jedná o fakt, názor, domněnku nebo emocionálně laděné tvrzení.
4. Skupiny pojmenovávají, jaké emoce se text snaží vyvolat a zda obsahuje zdroj.
5. Na závěr navrhnou, jak by bylo možné informaci ověřit.

Otázky na reflexi

- Co vás při textu zaujalo jako první?
- Jakou emoci ve vás obsah vyvolal?
- Co v textu působilo důvěryhodně?
- Co v textu působilo podezřele?
- Chyběl v textu důležitý kontext?
- Jak byste informaci ověřili?

Poznámka pro facilitátora

Nepoužívejte příklady, které by mohly účastníky zbytečně vystavit nenávistnému nebo traumatizujícímu obsahu. Cílem není účastníky nachytat, ale ukázat, že manipulace často pracuje s emocemi, neúplným kontextem, zjednodušením nebo falešnou autoritou.

Prostor pro poznámky

Influenceri a skrytý vliv online osobností

Vzdělávací cíl: Účastníci reflektují, jak online osobnosti a influenceri ovlivňují důvěru, postoje, rozhodování a vnímání světa. Uvědomují si, že vliv nemusí být vždy přímý nebo vědomě pojmenovaný.

Trvání: 35 – 45 minut

Klíčová témata: Influenceri, důvěra, autenticita, reklama, parasociální vztahy, názorová blízkost, formování postojů.

Aktivita: Proč mu/jí věřím?

Každý účastník si vybere jednoho influencera, tvůrce obsahu, youtubera, streamera, komentátora nebo jinou online osobnost, kterou sleduje. Nemusí jméno sdílet veřejně. Aktivita se zaměřuje na to, proč lidé někomu online důvěřují.

Postup

1. Facilitátor otevře téma otázkou: „Kdo všechno nás dnes ovlivňuje online?“
2. Účastníci si individuálně vyberou jednu online osobnost, kterou sledují.
3. Přemýšlejí nad tím, proč ji sledují: pro zábavu, informace, inspiraci, styl, názor nebo pocit blízkosti.
4. Ve dvojicích nebo menších skupinách diskutují o tom, co v online prostoru vytváří důvěru.
5. Skupina společně pojmenovává rozdíl mezi názorem, reklamou, osobní zkušeností a odbornou informací.

Otázky na reflexi

- Proč některým lidem online důvěřujeme?
- Je pro nás důležitější odbornost, humor, autenticita nebo podobný názor?
- Může nás ovlivnit i člověk, kterého sledujeme pouze pro zábavu?
- Jak rozpoznáme reklamu nebo skrytou propagaci?
- Jak si ověřit tvrzení, které řekne oblíbený influencer?

Poznámka pro facilitátora

Nezesměšňujte influencers, které účastníci sledují. Cílem není hodnotit konkrétní osoby, ale pochopit mechanismy důvěry a vlivu v online prostředí.

Prostor pro poznámky

Polarizace a radikalizace

Vzdělávací cíl: Účastníci rozumějí tomu, že radikalizace je postupný a komplexní proces. Umí pojmenovat některé varovné signály a rozlišovat mezi názorem, stereotypem, nenávistným projevem a obhajobou násilí.

Trvání: 45 – 60 minut

Klíčová témata: Polarizace, radikalizace, stereotypy, online komunity, pocit křivdy, skupinová identita, nenávistný obsah, hranice bezpečné diskuse.

Aktivita: Jak vzniká radikalizace?

Účastníci pracují s modelovou situací mladého člověka, který začne sledovat běžný motivační nebo zábavný obsah, ale postupně se dostává ke stále vyhraněnějším, stereotypním nebo nenávistným narativům.

Modelová situace

Šestnáctiletý mladý člověk začne sledovat fitness videa a obsah o sebezlepšování. Postupně se mu začnou zobrazovat videa o „slabosti dnešní společnosti“, „skutečných mužích“ nebo „nebezpečných skupinách“. Později sleduje obsah, který zesměšňuje ženy, menšiny nebo lidi s odlišnými názory. Začne používat nový slovník, tráví více času v online komunitě a přestává diskutovat s lidmi, kteří s ním nesouhlasí.

Postup

1. Facilitátor představí modelovou situaci.
2. Účastníci ve skupinách hledají momenty, ve kterých se obsah nebo chování začíná měnit.
3. Skupiny rozlišují, co je ještě běžný zájem, co je stereotyp a co už může být varovný signál.
4. Účastníci navrhuji, kdo by mohl mladému člověku pomoci a jakým způsobem.
5. Společně diskutují o tom, jak reagovat bez zesměšňování nebo nálepkování.

Otázky na reflexi

- Kde v příběhu ještě nevidíme problém?
- Kdy se začíná objevovat znevažování nebo nenávist?
- Co může být na takové komunitě pro mladého člověka přitažlivé?
- Jaké varovné signály by si mohlo všimnout okolí?
- Jak by bylo možné s mladým člověkem mluvit, aniž bychom ho hned odstrčili?

Poznámka pro facilitátora

Ne každý vyhraněný názor znamená radikalizaci či extremismus. Důležité je sledovat opakování nenávistného jazyka, odlidšťování druhých, izolaci, silné „my proti nim“ a obhajobu násilí. Při závažných projevech je třeba postupovat podle pravidel organizace a zapojit další odbornou podporu.

Prostor pro poznámky

Jak ověřovat informace?

Vzdělávací cíl: Účastníci rozvíjejí schopnost kriticky pracovat se zdroji. Umí si položit základní otázky při ověřování informací a rozumějí tomu, že nestačí věřit informaci jen proto, že ji sdílí známý člověk nebo důvěryhodně působící profil.

Trvání: 35 – 45 minut

Klíčová témata: Ověřování informací, zdroje, autor, datum, kontext, fact-checking, porovnávání zdrojů, kritické myšlení.

Aktivita: Detektivové internetu

Účastníci obdrží krátký článek, příspěvek nebo modelový screenshot. Jejich úkolem je zjistit, kdo informaci přináší, z čeho vychází a zda lze ověřit iz jiných zdrojů.

Postup

1. Facilitátor rozdává skupinám připravený příklad.
2. Skupiny zjišťují, kdo je autorem nebo zdrojem informace.
3. Ověřují, zda je uvedeno datum, kontext a odkaz na původní zdroj.
4. Hledají, zda stejnou informaci přinášejí i jiné důvěryhodné zdroje.
5. Na závěr skupiny zhodnotí, zda by informaci sdíleli dál a proč.

Otázky na reflexi

- Kdo informaci zveřejnil?
- Je jasné, odkud informace pochází?
- Je uvedeno datum a kontext?
- Lze tvrzení ověřit i jinde?
- Co by vás přesvědčilo, že informace je důvěryhodná?
- Kdy je lepší informaci nesdílet?

Poznámka pro facilitátora

Při ověřování informací se nesoustředte pouze na technické nástroje. Stejně důležité je vést účastníky k otázce, proč chtějí informaci věřit, jakou emoci v nich vyvolává a zda ji nesdílejí jen proto, že potvrzuje jejich stávající názor.

Prostor pro poznámky

Jak reagovat na problematický obsah?

Vzdělávací cíl: Účastníci znají bezpečné a přiměřené způsoby reakce na problematický, manipulativní, nenávistný nebo radikalizační obsah. Umí rozlišit, kdy má smysl diskutovat, kdy obsah nahlásit nebo skrýt a kdy vyhledat pomoc dospělého nebo odborníka.

Trvání: 40 – 50 minut

Klíčová témata: Bezpečná komunikace, reakce na nenávistný obsah, ohlašování, hranice diskuse, rozhovor s blízkou osobou, práce s konfliktem.

Aktivita: Co bych udělal/a?

Účastníci pracují s modelovými situacemi a navrhují možné reakce. Diskutují o tom, co by nepomohlo, co by mohlo situaci zhoršit a co může být bezpečný další krok.

Modelové situace

1. Kamarád začne pravidelně sdílet konspirační obsah.
2. Účastník aktivity použije nenávistný výrok vůči menšině.
3. Mladý člověk tvrdí: „Médiím se nedá věřit.“
4. Někdo ve skupině sdílí video, které zesměšňuje nebo odlidštuje určitou skupinu lidí.
5. Mladý člověk začne hájit násilí jako řešení společenského problému.

Postup

1. Facilitátor rozdělí účastníky do skupin a každé dá jednu situaci.
2. Skupiny odpovídají na tři otázky: Co by nepomohlo? Co může pomoci? Kdy by bylo třeba zapojit další osobu?
3. Skupiny představí své návrhy.
4. Facilitátor pomáhá rozlišovat mezi názorem, stereotypem, nenávistným projevem a obhajobou násilí.
5. Společně vytvoří základní pravidla bezpečné reakce.

Otázky k reflexi

- Jak reagovat bez zesměšňování?
- Kdy je lepší nepouštět se do veřejné hádky?
- Jak se ptát tak, aby se druhý člověk neuzavřel?
- Kdy je třeba nastavit jasnou hranici?
- Kdy už situace přesahuje možnosti vrstevníka nebo pracovníka s mládeží?

Poznámka pro facilitátora

Při nenávistných, dehumanizujících nebo násilí ospravedlňujících výrocích je třeba jasně nastavit hranici. Zároveň je důležité neponižovat člověka, ale pojmenovat problémové chování nebo výrok. Pokud se objeví výhrůžky, obhajoba násilí nebo podezření na vážné ohrožení, facilitátor by neměl zůstat na situaci sám.

Prostor pro poznámky

Modelové situace a doporučené reakce

Následující modelové situace slouží jako pomůcka pro pracovníky s mládeží při přemýšlení nad tím, jak reagovat na problematický obsah nebo výroky mladých lidí. Nejedná se o univerzální návod pro každou situaci, ale o orientační rámec, který pomáhá rozlišovat mezi běžnou nejistotou, stereotypem, nenávistným projevem a závažnějším rizikem.

Situace	Co nedělat	Co zkusit
Mladý člověk řekne: „Médiím se nedá věřit.“	Nezesměšňovat ho, nepoučovat a nezačít okamžitě vyvracet jeho názor.	Ptát se, kterým médiím nevěří a proč. Společně porovnat více zdrojů a ukázat rozdíl mezi faktem, názorem a komentářem.
Mladý člověk použije stereotypní výrok o určité skupině.	Neprojit to mlčením, ale ani jej hned nenálepkovat jako radikála či extremistu.	Pojmenovat výrok a ptát se, odkud tento názor zná. Vést skupinu k přemýšlení, koho se takový výrok dotýká a jaké může mít důsledky.
Mladý člověk použije nenávistný nebo dehumanizující jazyk.	Nedělat z toho běžný názorový spor a nenechat výrok bez reakce.	Jasně nastavit hranici: „Takový jazyk zde nepoužíváme.“ Následně se ptát na zdroj postoje a vést rozhovor o důsledcích odlidšťování druhých.

Situace	Co nedělat	Co zkusit
Mladý člověk začne pravidelně sdílet konspirační obsah.	Neoznačit jej za hloupého nebo zmanipulovaného.	Ptát se, co ho na obsahu zaujalo, co v něm vyvolává a jak by se tvrzení dalo ověřit. Vhodnější může být osobní rozhovor než veřejná hádka v komentářích.
Mladý člověk obhazuje násilí jako řešení společenského problému.	Nepovažovat to za obyčejný názor a nepokračovat v diskusi, jako by šlo o běžnou výměnu argumentů.	Zastavit diskusi, jasně pojmenovat hranici a podle závažnosti situace zapojit další podporu podle pravidel organizace.
Mladý člověk sdílí video, které zesměšňuje menšinu nebo vybranou skupinu lidí.	Nezlehčovat to jako „pouze humor“, pokud obsah ponižuje nebo odlidštuje druhé.	Otevřít otázku, na kom je humor postaven, koho zraňuje a zda by byl stejně přijatelný, kdyby se týkal skupiny, k níž patří účastníci.
Mladý člověk se stále více uzavírá do jedné online komunity.	Nezakazovat mu komunitu bez snahy porozumět, co mu dává.	Ptát se, co v komunitě nachází: přijetí, uznání, odpovědi, pocit bezpečí nebo identitu. Podporovat také offline vztahy a bezpečné prostory mimo jednu uzavřenou skupinu.

Při práci s těmito situacemi je důležité rozlišovat mezi člověkem a výrokem. Cílem není mladého člověka zahanbit nebo označit nálepkou, ale pojmenovat problémové chování, nastavit hranice a vytvořit prostor pro přemýšlení. Při vážných situacích, zejména při výhrůžkách, obhajobě násilí nebo podezření na ohrožení bezpečí, by pracovník s mládeží neměl zůstat na situaci sám.

Praktický checklist pro pracovníky s mládeží

- ☐ Ptám se dříve, než hodnotím.
- ☐ Nezesměšňuji otázky, pochybnosti ani nejistotu mladých lidí.
- ☐ Rozlišuji mezi názorem, stereotypem, nenávistným projevem a obhajobou násilí.
- ☐ Pracuji s emocemi i fakty.
- ☐ Vedu mladé k ověřování zdrojů a kontextu.
- ☐ Vysvětluji fungování algoritmů a informačních bublin.
- ☐ Nehodnotím mladého člověka podle jednoho výroku, ale sleduji širší kontext.
- ☐ Nastavuji jasné hranice při nenávistných, dehumanizujících nebo násilí ospravedlňujících výrocích.
- ☐ Podporuji dialog namísto veřejného zahanbení nebo konfrontace.
- ☐ Při vážných situacích nezůstávám sám/sama a zapojuji odbornou podporu podle pravidel organizace.



Doporučené zdroje

Tato část nabízí výběr zdrojů, které mohou pracovníkům s mládeží pomoci při přípravě aktivit, dalším vzdělávání nebo při hledání praktických nástrojů k mediální gramotnosti, online bezpečnosti a práci s polarizujícím obsahem.

Jeden svět na školách (Člověk v tísni)

- Test mediální gramotnosti (MQtest): <https://mqtester.jsns.cz/>
- Radikální algoritmy: <https://www.jsns.cz/lekce/1738869-radikalni-algoritmy>
- Mediální ring 2: Sociální bubliny: <https://www.jsns.cz/lekce/912335-medialni-ring-2-socialni-bubliny>
- Skrytý svět incelů 1. díl: <https://www.jsns.cz/lekce/2258953-skryty-svet-incelu-1-od-osameni-k-nenavisti>
- Skrytý svět incelů 2. díl: <https://www.jsns.cz/lekce/2259489-skryty-svet-incelu-2-od-nasili-k-terorismu>
- Podstránka mediálního vzdělávání pro rodiče: <https://www.jsns.cz/projekty/medialni-vzdelavani/materialy/mv-pro/rodice>
- Týdny mediálního vzdělávání: <https://www.jsns.cz/projekty/medialni-vzdelavani/tydny-medialniho-vzdelavani>
- Podstránka lekcí vhodných pro primární prevenci: <https://www.jsns.cz/rozcestnik-preventivnich-materialu>

E-Bezpečí (Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci)

- Webové stránky projektu E-Bezpečí: www.e-bezpeci.cz
- Základy mediální výchovy: <https://e-bezpeci.cz/medialnivychova/>
- Poradna projektu E-Bezpečí: www.napisnam.cz

Učím o LGBT (Prague Pride)

- Metodické listy Učím o LGBT: <https://ucimolgbt.praguepride.com/chci-prinest-lgbt-tema-do-skoly/>
- Na škále násilí: <https://ucimolgbt.praguepride.com/method-lists/na-skale-nasili/> + pracovní list: https://ucimolgbt.praguepride.com/wp-content/uploads/2026/03/26002_PP_metodicky_list_NASILI.pdf
- Sociál media Bingo: <https://ucimolgbt.praguepride.com/method-lists/social-media-bingo/> + pracovní list: <https://ucimolgbt.praguepride.com/wp-content/uploads/2023/10/Social-bingo.pdf>

Organizace pro pomoc uprchlíkům

- Metodika OPU: https://www.opu.cz/wp-content/uploads/2023/12/OPU_Metodika.pdf
- Jsme lidé jedné země: <https://lms.lidejednezeme.cz/project/default.aspx?project=1>

Fakescape

- Aktivita i s metodikou: <https://fakescape.cz/project/ch-i-a/>

Národní úřad pro kybernetickou a informační bezpečnost

- Sada her pro děti: https://nukib.gov.cz/download/vzdelavani/hry/Hry_komplet.pdf
- Jednoduchá karetní: <https://nukib.gov.cz/download/vzdelavani/hry/Karetni-hra-Black-Hat-Hacker.pdf>
- Digitální pomůcky zvláště pro děti: <https://nukib.gov.cz/cs/kyberneticka-bezpecnost/vzdelavani/sdilime/>

Odysea

- Osobnostně sociální výchova: <https://www.odysea.cz/metodiky/zaklady-osv/>
- Zásobník aktivit: <https://odysea.cz/wp-content/uploads/2023/07/Zasobnik-metod-pouzivanych-v-OSV.pdf>
- Inspirativní lekce a kurzy: <https://www.odysea.cz/metodiky/lekce-a-kurzy/>

Závěr

Online prostředí je přirozenou součástí života mladých lidí. Proto je důležité, aby práce s mediální gramotností, kritickým myšlením a bezpečnou komunikací nebyla jednorázovou aktivitou, ale součástí dlouhodobé práce s mladými.

Prevence radikalizace nestojí pouze na poskytování správných informací. Stejně důležitá je důvěra, schopnost vést dialog, práce s emocemi, porozumění online prostředí a jasné pojmenování hranic tam, kde se objevuje nenávist, odlidšťování nebo obhajoba násilí.

Tato příručka má být praktickou podporou pro pracovníky s mládeží, učitele, mládežnické vedoucí a další odborníky, kteří chtějí s mladými lidmi mluvit o online světě citlivě, srozumitelně a zodpovědně.



