

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra sociální patologie a sociologie

**Virtuální sociální sítě a jejich vliv na reálné sociální vazby
děti a mladistvých**

Bakalářská práce

Autor: Jaromír Kincl
Studijní program: B 7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální patologie a prevence
Vedoucí práce: PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.
Oponent práce: PhDr. Stanislav Pelcák, Ph.D.



Zadání bakalářské práce

Autor:	Jaromír Kincl
Studium:	P15P0174
Studijní program:	B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor:	Sociální patologie a prevence
Název bakalářské práce:	Virtuální sociální sítě a jejich vliv na reálné sociální vazby dětí a mladistvých
Název bakalářské práce AJ:	Social networking sites and their influence on real-life social bonds of children and adolescents

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce pojednává o tom, jak používání virtuálních sociálních sítí ovlivňuje reálné sociální vazby dětí a mladistvých v rámci malých neformálních sociálních skupin. Teoretická část se zabývá riziky a upřednostňováním virtuálních kontaktů na místo kontaktů reálných, popisuje příčiny a důsledky tohoto jednání a vysvětluje význam sociálních vazeb dětí a mladistvých mimo kyberprostor. V empirické části je proveden kvantitativní výzkum ve formě dotazníkového šetření.

SPITZER, Manfred. Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum. Brno: Host vydavatelství, s.r.o., 2014. ISBN 978-80-7294-872-7. SPITZER, Manfred. Kybernemoc! jak nám digitalizovaný život ničí zdraví. Brno: Host - vydavatelství, s.r.o., 2016. ISBN 978-80-7491-792-9. BLINKA, Lukáš. Online závislosti. Vydání 1. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-7975-5. JEDLIČKA, Richard. Poruchy socializace u dětí a dospívajících: prevence životních selhání a krizová intervence. Vydání 1. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5447-5. ŠEVČÍKOVÁ, Anna. Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-7527-6.

Garantující pracoviště:	Katedra sociální patologie a sociologie, Pedagogická fakulta
Vedoucí práce:	PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.
Oponent:	PhDr. Stanislav Pelcák, Ph.D.
Datum zadání závěrečné práce:	5.1.2016

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracoval pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně a uvedl jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 23. 4. 2018

Tímto bych chtěl poděkovat vedoucímu mé práce PhDr. Jiřímu Kučírkovi, Ph.D. za přátelský a trpělivý přístup a odborné vedení. Dále děkuji mým nejbližším za jejich podporu, bez které bych tak daleko nedošel.

Anotace

KINCL, Jaromír. *Virtuální sociální sítě a jejich vliv na reálné sociální vazby dětí a mladistvých*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2018. 49 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce „Virtuální sociální sítě a jejich vliv na reálné sociální vazby dětí a mladistvých“ přibližuje chování dětí a mladistvých ve virtuálním prostředí a upozorňuje na možné dopady tohoto jednání. Kapitoly věnované teorii popisují specifika virtuálních sociálních sítí a blíže mapují rizika spojená s jejich používáním dětmi a mladistvými. Poslední kapitola se zabývá výzkumným šetřením, které bylo provedeno v Pardubicích, přičemž respondenti byli teenageři ve věku dvanáct až osmnáct let. Metodou pro sběr dat byl anonymní dotazník o dvaceti položkách. Hlavním záměrem výzkumného šetření bylo zmapovat aktivitu dospívajících na sociálních sítích i mimo ně a zhodnotit možný dopad na jejich reálné vazby a celkový vliv sociálních sítí na jejich život mimo internet. Cílem celé práce je poskytnout vhled do problematiky méně známých rizik hrozících dětem a mladistvým a přiblížit motivy, které mladí k tomuto jednání mají.

Klíčová slova: Sociální sítě, děti a mladiství, sociální vazby, online rizika.

Annotation

KINCL, Jaromír. *Social networking sites and their influence on real-life social bonds of children and adolescents*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2018. 49 pp. Bachelor Degree Thesis.

The bachelor thesis “Social networking sites and their influence on real-life social bonds of children and adolescents” approaches the behavior of children and adolescents in virtual setting and warns about the possible impacts of this conduct. Theoretical parts of the thesis describe the specifics of virtual networking sites and take a closer look at risks associated with their use by children and adolescents. The last chapter deals with research conducted in Pardubice. The respondents were teenagers aged twelve to eighteen. The method used for collecting data was a questionnaire with twenty items. The main purpose of research was to map the activity of teenagers on and off social networking sites and to evaluate not only possible impact on their real-life bonds, but also the influence of social networking sites on their life offline. The goal of the thesis is to provide an insight into the topic of some less known risks which threaten children and adolescents and to look closer at motives that the young users have for this conduct.

Keywords: Social networking sites, children and adolescents, social bonds, online risks.

Obsah

Úvod	9
1. Virtuální sociální sítě jako fenomén současnosti	10
1.1. Vývoj sociálních sítí.....	11
1.2. Charakteristické rysy sociálních sítí.....	12
1.2.1. Vytváření online komunit	13
1.2.2. Sdílení obsahu.....	15
1.2.3. Zakládání profilu	16
1.3. Web 2.0	17
2. Děti a mládí na sociálních sítích	19
2.1. Digital natives	19
2.2. Utváření identity.....	21
2.3. Soukromí a sebe prezentace	23
2.4. Komunikace	26
3. Rizika spojená s používáním sociálních sítí dospívajícími	29
3.1. Rizika postihující tělesný vývoj	29
3.2. Rizika postihující psychosociální vývoj.....	31
3.3. Aktuálně řešený problém sociálních sítí a digitálních technologií	35
4. Výzkumné šetření	38
4.1. Cíle a hypotézy.....	38
4.2. Výzkumná metoda	38
4.3. Instrukce a výzkumný vzorek	39
4.4. Výsledky výzkumu.....	40
4.5. Vyhodnocení výsledků.....	52
4.6. Diskuze.....	54
Závěr.....	56

Seznam citovaných zdrojů.....	57
Seznam tabulek.....	62
Seznam grafů.....	62
Seznam příloh.....	63

Úvod

Virtuální sociální sítě se stávají součástí života stále většího počtu dětí a dospívajících po celém světě. Jejich používání však dané jedince může nejen spojovat, ale i rozdělovat, což se poté významně promítá v reálných vztazích. Téma bakalářské práce jsem si zvolil proto, že je čím dál více aktuální. Zároveň se zajímám o to, v čem se liší dětská mentalita v online a offline prostředí a jak se tyto odlišnosti projevují.

Cílem práce je poskytnout vhled do aktuální problematiky související s virtuálními sociálními sítěmi a charakterizovat, jak bývají tyto sítě používány dětmi a mladistvými. Práce se snaží vyvrátit některé mýty a poukázat na rizika spojená s používáním nejen sociálních sítí, ale digitálních médií obecně. To vše je dáváno do kontextu s vlivem na reálné sociální vazby, které jsou zvláště v mladém věku klíčové pro zdravý vývoj jedince.

V první kapitole jsou popsány zejména sociální sítě samostatně – jejich stručná historie, specifika a Web 2.0, bez kterého by sociální sítě dnešní doby nemohly vzniknout. Druhá kapitola se zaměřuje na děti a mladistvé na sociálních sítích. Vysvětluje pojem digital natives a přístup mladých uživatelů k používání sociálních sítí. To je podrobněji popsáno v souvislosti s vytvářením online identity, soukromím, sebe prezentací a komunikací. U všech zmíněných témat je zmíněn vliv na sociální vazby mladých mimo online prostředí. V rámci třetí kapitoly autor předkládá aktuální poznatky o největších rizicích, která s používáním sociálních sítí souvisejí, zejména s těmi, co ovlivňují tělesný nebo psychosociální vývoj dítěte. Konec kapitoly se věnuje současným řešením problému s používáním sociálních sítí a digitálních technologií.

Ve čtvrté kapitole je popsáno výzkumné šetření, které proběhlo formou dotazníku v Pardubicích. Cílem bylo zmapovat u dětí a mladistvých ve věku 12 až 18 let jejich aktivitu na sociálních sítích, stejně jako jejich aktivitu mimo sítě a zhodnotit jaký mají tyto sítě vliv na jejich vztahy a jak jim zasahují do života.

1. Virtuální sociální síť jako fenomén současnosti

Kdyby se před padesáti lety někdo zeptal: „Co si představíte pod pojmem sociální síť?“, lidé by zřejmě mluvili o své rodině, přátelích, blízkých a známých, a jak jsou mezi sebou tyto lidé provázáni. Nikoho by nenapadlo, že za půl století bude sociální síť reprezentována malým „f“ na modrém pozadí, bledě modrým ptáčkem, nebo směsíci tvarů, co dohromady připomínají fotoaparát. Nyní si při vyslovení těch dvou slov mladí lidé, a nejen oni, představí spíše mobilní telefon a výše zmíněná loga (Facebook, Twitter a Instagram) a až na druhém místě ty, se kterými jsou díky nim v kontaktu.

Máme tedy dva významy pojmu sociální síť: sociologický a ne-sociologický. Sociologie popisuje sociální síť jako „*soubor sociálních vztahů mezi jednotlivými prvky sítě, které se vzájemně ovlivňují a kterými jsou zejména jednotlivci.*“ (ManagementMania.com, online). Naopak z hlediska dnešní obecné mluvy je sociální síť „*služba na internetu, která registrovaným členům umožňuje si vytvářet osobní (...) veřejný, či částečně veřejný profil, komunikovat spolu navzájem, sdílet informace, fotografie, videa, provozovat chat a další aktivity.*“ (Urban, 2017, s. 214) Z toho vyplývá, že sociální sítě již nejsou jen jakýmsi stavem mezilidských vztahů, ale i prostředkem pro jejich pěstování, zesilování a vytváření.

V lednu roku 2018 byl publikován průzkum, uskutečněný internetovými stránkami We Are Social a Hootsuite, z něhož vyplývá, že internet v té době využívaly 4,021 miliardy lidí. Průzkum však dále uvádí, že více než dvě třetiny (3,196 miliardy) z těchto čtyř miliard uživatelů má účet v rámci některého ze sociálních médií (We Are Social, 2018, online). Z nich je jednoznačně nejpopulárnější Facebook. Ten měl na konci roku 2017 1,4 miliardy denně aktivních uživatelů a 2,13 miliardy uživatelů, kteří svůj profil navštíví alespoň jednou měsíčně (Facebook newsroom, 2018, online). Dále stojí za zmínku YouTube s 1,5 miliardou uživatelů nebo WhatsApp s 1,3 miliardou (Smart Insights, 2018, online). Zjištěná čísla jsou evidentně ohromná a není tedy pochyb o tom, že sociální sítě a sociální média jsou neodmyslitelnou součástí současné populace.

Co je tedy na sociálních sítích dnešní doby tak lákavé a co to vlastně znamená pro nás? Odpovědi na tyto otázky se v odborné literatuře různí od autora k autorovi, přičemž někde se shodují a někde zásadně rozcházejí. V první kapitole si tedy přiblížíme virtuální sociální síť jako součást dnešní společnosti – jejich stručný vývoj a specifika, čímž zároveň popíšeme i důvod jejich rostoucí popularity.

1.1. Vývoj sociálních sítí

Jakýkoliv populární fenomén si projde svým určitým vývojem, a ani dnes tak rozšířené sociální sítě nejsou výjimkou. Dnešní gigant v této sféře, Facebook, který vzniknul v roce 2004, zdaleka nebyl prvním svého druhu, a ačkoliv je jeho zakladatel Mark Zuckerberg jednou z nejvýraznějších osobností, i on svůj nápad opřel o již existující služby.

To, co bychom mohli pokládat za prvopočátek webových sociálních sítí, se datuje již ke vzniku internetu samotného. Vždyť samotný internet byl vytvořen právě k zjednodušení a zrychlení komunikace mezi vzdálenými osobami. To se poprvé povedlo v roce 1969, kdy spolu provedly spojení University of California a Stanford Research Institute. Tehdy byl vývoj této přelomové formy přenosu informací velice pomalý a do roku 1973 bylo k ARPANet¹ (jak se tento projekt nazýval) připojeno pouhých 38 počítačů (Naumann, 2009, s. 353-354). Byl to nicméně ohromný zlom, který měl celkem brzy ovlivnit a změnit celý svět a jeho pohled na komunikaci.

Projekt ARPANet však byl virtuální sociální sítí ve své absolutně nejobecnější formě. Při hledání tzv. „praotce“ dnešních sociálních sítí se musíme posunout o pár let dopředu a to konkrétně do roku 1978. Tehdy byla spuštěna služba BBS (Bulletin Board System – v češtině „nástěnkový systém“) a je označována za první virtuální sociální sítí. Její největší rozkvět nastal v osmdesátých letech. Podobnost s Facebookem nebo Twitterem na první pohled zřejmá není, účel služby však už jistou podobnost naznačuje. BBS fungoval jako nástěnka (viz název), kam mohli jeho uživatelé vkládat jednoduché zprávy ostatním. Jednotlivé nástěnky se zabývaly odlišnými tématy, podle kterých si lidé vybírali, kam jakou zprávu „připíchnou“ (TechTarget, 2018, online).

Obrovský „boom“ v navazování kontaktů prostřednictvím internetu znamenalo zahájení stránky sixDegrees.com v roce 1997, která, slovy jejího zakladatele A. Weinreicha, předběhla svou dobu. Jako první internetová sociální stránka umožňoval sixDegrees.com vytvořit si vlastní profil, ne nepodobný tomu, jak jej známe dnes např. na Facebooku a utvářet tak vlastní veřejně dostupný obsah, sdílený mezi okruhy přátel. Pro tento systém internetového sdílení vlastních myšlenek se ujal termín „Web 2.0“, na kterém jsou v současné době vystaveny veškeré sociální sítě. Po nutném ukončení

¹ ARPANet je složenina akronymu ARPA (Advanced Research Projects Agency) a anglického slova ‚net‘, neboli ‚sít‘.

stránek, jež využívalo více než 1 000 000 osob, na sebe nenechaly další síť dlouho čekat (Objevit.cz, 2013, online).

Boydová (2017, s. 20) uvádí, že s novým tisíciletím se sociální média začínala stávat populárnějšími a používanějšími. Ještě v devadesátých letech byly tyto služby zejména pro pár lidí, které autorka nazývá *early adopters*, neboli ‚časní osvojitelé‘. Avšak s příchodem sítí jako MySpace se okruh uživatelů rozšířil, a to hlavně ze dvou důvodů. Jednak bylo připojení k internetu dostupnější, nežli kdy dříve a tím vzrostl počet připojených, na druhé straně se změnil způsob, jakým byly sociální sítě využívány. Ty se totiž přestaly profilovat jako seznamky pro ty, kdo chtěli přijít do kontaktu s cizími lidmi, a spíše se zaměřily na spojení mezi přáteli, kteří jejich prostřednictvím spolu mohli komunikovat. Tyto dva faktory zapříčinily, že se sociální média stala normou a tím přestala být pouze záležitostí subkultury.

Zásadní zlom v tomto odvětví přišel v roce 2004, kdy mladý student Harvardu Mark Zuckerberg dostal nápad k vytvoření stránky, která by umožňovala jeho spolužákům snadnější seznamování, na základě vytvoření vlastního profilu s fotografií. Stránka dostala název Facebook a její popularita se rychle rozrostla mimo harvardské zdi a postupně do celého světa. Dnes má Facebook více než 2 miliardy aktivních uživatelů a je nejpoužívanějším sociálním médiem na světě (Biography.com, 2018, online).

Člověk má nyní možnost být neustále v kontaktu s přáteli právě díky sociálním sítím, jichž od vzniku Facebooku výrazně přibýlo. Dalšími giganty na tomto poli jsou např. Twitter, kam uživatelé přidávají krátké vzkazy a komentují aktuální dění pomocí tzv. „hashtagů“² nebo Instagram, který je zaměřený na sdílení fotografií a krátkých videí. Co nás čeká v budoucnosti lze jen těžko říct, vzhledem k tomu, že trendy i nové komunikační služby se mění stále rychleji a pro někoho může být obtížné vůbec držet s nimi krok.

1.2. Charakteristické rysy sociálních sítí

Na to, co jsou sociální sítě, jsme si odpověděli již v úvodu této kapitoly, nicméně pro pochopení toho, co tento fenomén představuje, je strohá definice, ač výstižná, vskutku málo. Příchod virtuálních sociálních sítí znamenal i příchod zcela nových jevů

² Hashtag je anglické označení pro znaménko „#“. Twitter jich využívá k zařazení komentáře k určité události/osobě, nebo k vyjádření pocitu, atd. Po kliknutí na hashtag se objeví všechny zprávy uživatelů, kteří jej využili též.

a možností, které do té doby nebyly myslitelné – masová sebe prezentace, bezprostřední komunikace kdekoliv a kdykoliv, okamžité sdílení vlastních fotek, videí, myšlenek atd., úprava, změna, nebo skrytí identity a mnoho dalšího – to vše sociální sítě lidem začaly poskytovat a lidé je proto rychle přijali jako nedílnou součást svého života.

Jak tedy můžeme tedy fenomén virtuálních sociálních sítí charakterizovat? Významná autorka a odbornice na téma teenagerů v internetovém prostředí danah boydová³ popisuje jisté komunity, zvané online veřejnost, které jsou charakteristické pro sociální sítě. Online veřejnost představuje jak prostor, který je tvořen technologiemi pro sdílení, tak i imaginární komunitu, která vzniká spojením technologií, lidí a jejich běžným chováním. Její vznik je důsledkem fungování sociálních médií a jako taková je jejich nedílnou součástí. Dalo by se říci, že sociální sítě a média vznikla, aby se utvořila online veřejnost, bez níž by tyto služby neměly smysl. Boydová dále zmiňuje čtyři *afordance* (rasy) online veřejnosti, které se automaticky vztahují i na fungování námi zmiňovaných virtuálních sociálních sítí. Jsou jimi:

- perzistence: co člověk vyjádří online, to nepomíjí, ale zůstává stále přístupné k nahlédnutí;
- snadná šířitelnost: každý obsah, který se objeví online, může být snadno sdílen;
- viditelnost: tím, že je obsah online tak snadno šířitelný, se také zvětšuje dosah a okruh potenciálních svědků, publika;
- dohledatelnost: souvisí s perzistencí – tím, že online obsah nepomíjí, je možné ho znovu najít. (boydová, 2017, s. 21-25)

Pro uživatele z toho plyne to, že by si měli dávat pozor na to, co, kam a komu posílají, protože nikdy nemohou vědět, odkud a kdy se jim daný obsah může vrátit.

1.2.1. Vytváření online komunit

Jak bylo již řečeno, sociální sítě vznikly, aby se utvořila online veřejnost neboli jistý druh komunity. Dle slovníku cizích slov (Kraus, 2006, s. 426) je komunita „*souhrn lidí obývajících určitý prostor*“ a v daném kontextu je tímto prostorem právě virtuální svět sociálních sítí. Již od počátku, kdy tento fenomén spatřil světlo světa ve formě BBS, bylo jeho hlavním cílem sblížit osoby se společnými zájmy, zálibami nebo názory i když jsou fyzicky stovky kilometrů daleko od sebe. Vzniklo tak místo, které na mapě člověk nenajde a přesto ho obývají tisíce (dnes už stamiliony) lidí. Pojd'me se tedy

³ První písmena v jejím jméně jsou malá záměrně – autorka si jméno takto nechala změnit.

na utváření online komunit podívat trochu zblízka a říct si, co je na této nedílné součásti sociálních sítí atypické a zajímavé.

Porterová v jedné ze svých publikací (2004, online) popisuje pět základních kritérií, která musejí online komunity splňovat, aby mohly existovat. Jsou jimi záměr (důvod, proč komunita vznikla), místo (kanál nebo webová stránka, kde se členové komunity „scházejí“), interakce (komunita by automaticky zanikla, kdyby členové mezi sebou nijak nekomunikovali), struktura interakce členů komunity (jde o sílu vazeb mezi členy komunity a frekvenci interakcí, která se mění s velikostí skupiny – 3 základní: malá skupina se silnými vazbami a častou interakcí, velká sociální síť a celosvětová internetová populace) a profit (členové něco získávají tím, že jsou součástí dané komunity).

Všechna tato kritéria jsou zřetelná u jakékoliv online komunity, nicméně zájmy všech těchto skupin jsou odlišné a cíle, kterých jejich členové chtějí skrze ně dosáhnout také. Proto Vetýška (2012, online) rozdělil online komunity podle jejich záměru následovně:

- zájmové – členy komunity sbližuje nějaký zájem nebo koníček;
- znalostní – často uzavřené skupiny, které se snaží vytvořit nové znalosti;
- učící se – společenství vázaná na vzdělávací cíl;
- značkové – podpůrné skupiny točící se kolem značky nebo produktu.

To vše potvrzuje, proč jsou online komunity základem pro sociální sítě. Sociální sítě totiž jsou online komunity, ať už je motivace jejich členů jakákoliv, ať je to sdílení fotek nebo receptů, komunikace s přáteli či jenom sledování videí, vždy je na druhé straně někdo, kdo se na naší preferované činnosti nějak podílí (jako příjemce nebo autor). Vraťme se však do komunit v užším slova smyslu, kde se lidé více podporují a znají a jejich členové s nimi mají pocit, že nejsou nikdy sami.

Tomu se říká „zážitek virtuální komunity“ a vychází z fenoménu psychologického zážitku komunity, což je prožitek toho, že člověk patří do nějaké komunity, ve které mu záleží na ostatních členech a jim záleží na něm. Tyto členy tedy spojuje nějaké pouto nebo závazek, které je součástí uspokojení jedincových potřeb, emocionálních nebo sociálních (McMillan, Chavis in Ševčíková, 2014, s. 145). U virtuální komunity je však pár drobných rozdílů. Člen se spíše do komunity „vnoří“ a je zde mnohem větší důraz na reciproční podporu, identifikaci s komunitou a vzájemnou důvěru (Blanchard, Markus in Ševčíková, 2014, s. 145).

Pro jisté jedince, a zejména ty méně sociálně agilní, to může znamenat jistou záchranu. Zde mohou najít podporu a porozumění, i když je okolí nechápe. Není však dobré se spoléhat pouze na virtuální prostředí a na osoby, které neznáme osobně. Při nedostatku osobního kontaktu může docházet k mnoha problémům, o kterých bude blíže pojednávat třetí kapitola.

1.2.2. Sdílení obsahu

Sdílení obsahu je základní funkcí všech sociálních sítí, což přímo navazuje na vytváření komunit. Jejich členem se většinou lidé stávají právě, aby spolu něco sdíleli. Na Youtube se sdílejí videa, Instagram slouží ke sdílení fotek, na Twitteru lidé sdílejí své krátké názory a Facebook toto vše integruje do jedné velké platformy. Existují však i jinak zaměřené sociální sítě, jejichž charakter je odlišný právě kvůli tomu, o co se jejich uživatelé dělí s ostatními. Pinterest funguje jako útočiště kreativních duší, které sem přidávají fotky svých všemožných výtvorů (od vaření, přes šití, po dřevotvorbu a mnoho dalšího). Dále existují i profesní sociální sítě, z nichž největší je jednoznačně LinkedIn. Zde po vytvoření profilu (zadání odbornosti, preferencí, co se zaměstnání týče, atd.) může jedinec sdílet svůj životopis, který je viditelný pro firmy, u nichž by onen člověk případně měl zájem pracovat. Nakonec stojí za zmínku sociální síť zaměřené na hudebníky, které v Čechách zastupuje Bandzone. Sem kapela přidává písničky, fotky z koncertů, promo fotky, videa a komentáře, což podporuje její propagaci. Těchto sítí je nespočet druhů a jen jejich seznam s krátkým popisem by zabral několik stran textu. Podívejme se však blíže na ty, co zde sdílejí.

Na jedné straně tedy máme člověka, který by rád něco světu řekl nebo ukázal, logicky tedy musíme ještě odpovědět na otázku: „proč to zajímá ostatní?“. Kromě zřejmé reciprocity, která probíhá u většiny uživatelů, v tom hraje roli i lidská povaha. Podle Kolaříkové (2017, online) jsou lidé zvědaví a zvědaví. Rádi sledují příspěvky ostatních, ať už proto, že se s dotyčným dlouho neseťkali, nebo proto, aby se s ním mohli srovnávat. To ale platí zejména u jedinců s nižším sebevědomím, kteří potřebují potvrzení o vlastní ceně v tomto světě, a tudíž se jim mohou zamlouvat negativní zážitky osob, které na internetu sledují.

K sdílení obsahu na internetu se vážou i různá nebezpečí, jako je zneužití citlivých dat, nebo sdílení našich nelichotivých fotek někým cizím. Pokud někdo cizí sdílí fotku někoho jiného bez jeho svolení, je to porušení práv podle občanského zákoníku §84 (Zákony pro lidi, online). Nicméně pokud dá jedinec na sociální síť vlastní fotografii,

kteřá je pak nesčetněkrát sdílena, nemůže s tím udělat naprosto nic, jelikož první impuls ke sdílení fotografie dal on sám (Mediahub, online).

Z toho plyne jediné, člověk si musí dávat pozor, co na internet vloží, protože, jak bylo řečeno na začátku této kapitoly, co se na internetu jednou objeví, to je tam navždy.

1.2.3. Zakládání profilu

Nakonec si popíšeme poslední z důležitých rysů sociálních sítí, a tou je tvorba vlastního profilu. Je pravda, že profil si člověk vytváří už téměř na každé stránce, kterou navštíví, u sociálních sítí dnešní doby je to však nevyhnutelné pro vstup do komunity a prohlížení sdíleného obsahu. Je to „virtuální vizitka s údaji, kterými se uživatel na sociální síti prezentuje a je podle nich dohledatelný“ (Jak na internet, online). Z toho vyplývá, že to, co člověk do profilu zahrne je jen a pouze na něm samotném. Může se jednat o jméno, věk, bydliště, profilovou fotku, zaměstnání, dosažené vzdělání, rodinný stav, ale i způsoby kontaktování, takže například email, či telefonní číslo také mohou být součástí profilu.

Podle profilu můžeme o člověku zjistit mnohé, a to i když třeba sdílí jen své jméno. Jakmile je označen na něčí fotce, tato fotka se stává součástí jeho profilu, když se mu na Facebooku líbí nějaká skupina nebo obrázek, hned je to součástí profilu, a pokud cokoliv jakkoliv okomentuje, na jeho profilu je to také. Existují sice způsoby, jak tyto příspěvky a informace blokovat před nechtěnými „slídily“, jenomže ty buď lidé často ignorují, nebo o nich ve velké míře ani nevědí.

Největší riziko je to však jednoznačně pro děti, které, podle průzkumu z roku 2016, v 40 % případů záměrně oslabují bezpečnostní prvky na sociálních sítích, aby mohly najít více přátel a známých (Internet matters, 2016, online). Tím se tyto děti však vystavují riziku, že je najde i někdo nežádaný, až ohrožující. Proto je internetová bezpečnost jedním z nejomílanějších témat, čemuž přispěl i nedávný skandál Facebooku z dubna 2018, kdy vyšlo najevo, že z největší sociální sítě byla neprávem získána data o téměř 90 milionech uživatelů (Aktuálně.cz, 2018, online).

Profily však nemusejí být pouze zneužívány a nepředstavují pouze nebezpečí a problémy. Hlavním cílem je snazší vyhledávání přátel a seznamování s lidmi, kteří sdílejí naše nadšení pro věci, které máme rádi, nebo mají stejné názory. To vše profily umožňují zprostředkovat, a proto jsou alfou a omegou sociálních sítí a je to důvod, proč jsou tolik „dotované“ informacemi od lidí samotných. Lidé se chtějí spojit se svým okolím, jak nejefektivněji to jde, a toto je nejúčinnější cesta (Ševčíková, 2014, s. 60).

Virtuální sociální sítě mají mnoho dalších charakteristických rysů, které tato kapitola nezmiňuje, jelikož budou popisovány v dalších částech bakalářské práce. Mezi ně patří např. komunikace, sebe prezentace, úprava identity a anonymita. Všechna tato témata budou vztažena na hlavní cílovou skupinu, kterou se práce zabývá a to na děti a mladistvé.

1.3. Web 2.0

Web 2.0 byl již zmíněn v podkapitole 1.1, nicméně jakožto zásadní součást pro celkové téma bakalářské práce, je nutné říct si, alespoň stručně, co Web 2.0 představuje, popsat jeho hlavní rysy a dopad na společnost.

Definovat Web 2.0 je poněkud nesnadný úkol. Mnoho odborníků na dané téma se ve svých výkladech tohoto termínu neshoduje, avšak všichni jsou za jedno v jedné věci: Web 2.0 je internetový obsah pro lidi vytvořený lidmi. Samotný vynálezce webu Sir Tim Berners-Lee však koncept „druhého webu“ vůbec neuznává s tím, že internet vždy existoval od toho, aby spojoval lidi, kteří mezi sebou vždy mohli sdílet, co se jim líbí. Rozdíl mezi Web 1.0 a 2.0 ovšem nelze popřít. Je to zejména vývoj od staticky zobrazovaných stránek s obsahem daným vývojáři, k stránkám, jejichž obsah aktualizují a upravují uživatelé, přičemž kontrolu nad příspěvky vykonávají majitelé a vývojáři stránky z pozice administrátorů (Anderson, 2007, s. 5). Tabulka 1 stručně a výstižně znázorňuje hlavní rozdíly mezi Webem 1.0 a 2.0:

Tabulka 1: Porovnání Webu 1.0 a 2.0 (Zdroj: Lupa.cz, online)

	WEB 1.0	WEB 2.0
OBSAH	obsah webu je vytvářen převážně jeho vlastníkem	návštěvníci se aktivně podílejí na tvorbě obsahu – vlastníci je v roli moderátora
INTERAKCE	interakce vytváří nároky na vlastníka, proto jen v nezbytné míře	interakce je vítána, má formu diskuzí, chatu, propojení s messengery, sociálních profilů
AKTUALIZACE	odpovídá možnostem vlastníka	web je živý organismus – tvůrců obsahu mohou být miliony
KOMUNITA	neexistuje, návštěvník je pasivní příjemce informací bez interakce	návštěvník je současně ten, „o kom web píše“, jednotlivec je součástí rozsáhlé komunity
PERSONALIZACE	weby neumožňují implicitní personalizaci	weby umožňují vytvářet a využívat sociální profily čtenářů

Tento přesun pro většinu uživatelů znamenal objevení nespočtu možností, které do té doby jednoduše internetové služby a jejich poskytovatelé neumožňovali. Jak píše O'Reilly (2009, s. 230) Web 2.0 se začal opírat o tzv. kolektivní inteligenci, což znamená, že začal využívat uživatelů, aby se podíleli na jeho rozvoji. Najednou mohli lidé na internetu šířit odkazy na stránky, sdílet, co šlo a rozšiřovat tím samotný internet, což na druhé straně pomohlo stránkám, které v tomto modelu fungovaly. Na základě modelu začala fungovat spousta společností, které jsou do dnešní doby známé: Yahoo!, Google, eBay, Amazon, Wikipedia a mnoho dalších.

Jak to souvisí se sociálními sítěmi? Ty na sebe nenechaly dlouho čekat. Již dříve byla zmíněna stránka sixDegrees.com, která předznamenala moderní sociální síť a právě i ona již fungovala na modelu Webu 2.0. Pro modernější stránky jako MySpace nebo Facebook již tento způsob nebyl ničím novým, takže už vlastně šly po předem vyšlapané cestě. Nebýt tedy převratu v samotné podstatě používání internetu, nemohly by sociální síť, jak je známe dnes, existovat, jelikož ty jsou hlavně o sdílení vlastního obsahu. Proto je tak důležité v tomto kontextu Web 2.0 zmiňovat.

Dnes je již tento pojem standardně používaný a dokonce je už překonán novým vývojovým stupněm internetu, Webem 3.0. Poskytovatelé v tomto modelu jsou ještě více zaměřeni na sdílení dat, například pomocí Cloudu. Navíc ho mají vystihovat malé a snadno zprovoznitelné aplikace, které běží na všech zařízeních. Jako byla u Webu 2.0 novinka, že se mohli uživatelé podílet na vytváření obsahu, tak je u Webu 3.0 to, že uživatelé běžně mohou vytvářet aplikace, které jsou mnohem snadněji přístupné (Iva, online).

Pro podstatu sociálních sítí byl však rozhodující předchozí stupeň, protože otevřel lidem dveře do nového světa a proto je v této práci zmiňován.

2. Děti a mladiství na sociálních sítích

Současná doba je vnímána jako doba rozkvětu digitálních technologií a nových možností a je nutno přiznat, že vývoj jde v tomto ohledu kupředu mílovými kroky. Čím dál častěji slyšíme o převratech ve vědě a technice, ale jak se má člověk v této záplavě novinek vyznat? Pro někoho, kdo takto obklopen dnešními vymoženostmi nevyrůstal, to může být zmatečné a možná v jistých případech i nesmyslné. Když se pak tyto lidé dívají na teenagery, kteří píšou na Messengeru, koukají přitom na videa na YouTube, přidávají své fotky na Instagram a prohlížejí si dění na Facebooku, jde jim z toho hlava kolem a nerozumí tomu. K tomu se přidá slang spojený se zmíněnými aplikacemi a rodiče už začínají mít pocit, že jejich dítě mluví jinou řečí. To je většinou příčina komentářů typu „ti mladí se chovají divně“ a výroků jim podobných.

Následující kapitola popisuje hlavní témata spojená s užíváním sociálních sítí dětmi a mladistvými, přičemž se zaměří na pojem digital natives, utváření identity, soukromí a sebe prezentaci a komunikaci.

2.1. Digital natives

Pojem digital natives⁴ označuje skupinu lidí, kteří se narodili po roce 1980 a již vyrůstali ve světě s počítači a internetem, jako běžnou součástí každodenního života. Poprvé toto označení použil počátkem tisíciletí Mark Prensky a k němu ještě zmiňoval další pojem digital immigrants (digitální imigranti), což jsou pro změnu osoby starší, které si na tyto technologie musely zvyknout (Spitzer, 2014, s. 185).

Pojmem samotným bývá označován fakt, že mladí, kteří vyrůstají v době moderních technologií, jim vesměs rozumí. Od toho se odvíjí nároky, které na děti kladou například jejich rodiče. Ti si totiž celkem často myslí, že to, že jejich dítě od mala používá tablet nebo počítač, z nich dělá počítačové experty. V tomto ohledu je výstižné, co řekla pro rozhovor v OnaDnes.cz Silvie Zeman, zakladatelka IT klubu pro děti: „*To je velmi podobné, jako říct, že doma máte vrcholového běžce, protože si každý den po škole pobíhá venku. Je velký rozdíl venku pobíhat s kamarády, nebo se metodicky něco učit, rozvíjet se a osvojovat si nové dovednosti.*“ (OnaDnes.cz, 2018, online).

I přes kritiku se však tento výraz používá celkem běžně, jelikož označuje nejen ty, kteří „jsou experti na počítače“, ale jednoduše všechny, co jsou v používání digitálních

⁴ v české odborné literatuře se překládá jako *digitální domorodci* (Šmahaj a Zielina, 2015, s. 54)

technologií zběhlí a používají je. Lepší pojem bohužel odborná veřejnost nenabízí, nebo alespoň ne takový, který by byl jednomyslně uznáván. Občas se můžeme setkat s označením „generace Y“, které vychází z předchozí „generace X“. Ta je nálepkou pro stejnou skupinu jako digital natives, jen bez kontextu digitálních technologií (Spitzer, 2014, s. 185). Řekněme si tedy něco o tom, kdo jsou digitální domorodci v dnešní době a co představují.

Dnešní děti jsou vskutku velice aktivní na sociálních médiích a na internetu, což potvrzuje například výzkum britské telekomunikační společnosti Ofcom z roku 2017, který mapoval užívání internetu dětmi ve Velké Británii. Děti ve věku 12-15 let v 99 % případů chodily pravidelně na internet, nicméně již u tří- až čtyřletých to byla více než polovina. Dalšími výsledky bylo, že téměř tři čtvrtiny všech dvanácti- až patnáctiletých mají profil na sociálních médiích, s tím, že tyto profily byly zaznamenány už i u pěti- až sedmiletých dětí (Ofcom, 2017, online).

Jak píše Šmahaj a Zielina (2015, s. 54) na základě podobného výzkumu vytvořil Uwe Hasebrink tabulku, podle které se dají děti a mladiství rozřadit do šesti různých kategorií podle toho, jakým způsobem nejčastěji používají internet. Těmito kategoriemi jsou:

- Málo riskující nováčci – tráví málo času na internetu, malé riziko;
- mladí networkeři – využívají hlavně sociální sítě;
- umírnění uživatelé – jejich zájmem je mapování zpravodajství a úkoly do školy;
- riskující průzkumníci – široká škála online aktivit s poměrně vysokým rizikem;
- intenzivní hráči – zejména hraní her a sledování videoklipů;
- zkušené networkeři – kreativní aktivity a vyšší četnost aktivit.

Autoři dále uvádějí, že pro chlapce jsou typické především kategorie „riskující průzkumníci“ a „intenzivní hráči“, zatímco u dívek výrazně převládá kategorie „zkušené networkeři“ (Šmahaj a Zielina, 2015, s. 54).

S digitálními domorodci tato fakta souvisí zejména proto, že ne všichni dospívající používají internet pořád, a to, že jej používají, ještě neznamena, že se díky tomu naučí odbornosti v IT. Podívejme se například na kategorii „riskující průzkumníci“. Spousta dětem je internet otevřen a ne vždy jsou všechny „nepřístupné“ stránky dostatečně zabezpečeny. Tím, že svalujeme zodpovědnost na samotné dítě, o kterém se mylně domníváme, že je v těchto ohledech mimořádně nadané, se můžeme dopustit jeho ohrožení.

Boydová (2017) píše o jisté lhostejnosti, co se informování dětí týče. Tato lhostejnost je zřejmá právě v kontextu digital natives. Dospělí (učitelé, rodiče) totiž mohou dětem zprostředkovávat pouze kusé informace o tom, co a jak na internetu funguje, a co ne, aniž by si uvědomovali, že děti často nejsou tak digitálně gramotní, jak si starší generace myslí.

Autorka to znázorňuje na příkladu z vlastní zkušenosti, kdy jedné dívce učitelka řekla, že nemá vyhledávat zdroje na Wikipedii, protože zde může články upravovat každý.⁵ Jako alternativu jí doporučila vyhledávání na Google s tím, že to, co se objeví ve výčtu nalezených stránek jako první, je nejdůvěryhodnější. Fakt, že Google vydělává zejména na reklamách a nejdříve nabízí stránky, které mu přinesou výnos, už však zřejmě učitelku minul. Studentka tedy dostala jen částečnou informaci, které však věřila jen proto, že jí to řekl někdo, kdo byl v jejích očích zkušenější (Boydová, 2017, s. 224).

Opět to však podporuje kritiku původního významu pojmu digital natives – nejen dospělí, ale samy děti mají mezery v orientaci v digitálním světě. Je tedy zapotřebí, aby se oba tábory navzájem podporovaly a hlavně se učily správně a kriticky zacházet s digitálními technologiemi.

Někteří autoři, zabývající se tímto světem, se už pokusili upřesnit význam digitálních domorodců, takže například Palfrey a Gasser přišli s novou definicí, která říká, že tato skupina osob není ukotvená věkem, ale spíše jistými atributy a zkušenostmi, které se vztahují k informačním technologiím, informacím, ale i k ostatním lidem a institucím. Dále přímo vyslovují myšlenku, že ne všichni lidé narození po roce 1980 do této skupiny spadají, a zároveň i lidé narození před tímto rokem do ní mohou patřit (Palfrey a Gasser, 2008, s. 346).

2.2. Utváření identity

Internet je jedno z mála míst, kde může člověk být, kým chce. Online identita se týká každého, kdo si někdy založil účet na sociálních sítích a dal se do úpravy vlastního profilu. Ti, kterých se to týká, jistě poznali, jak je snadné některou maličkost o sobě upravit, něco trochu vylepšit a přidávat pouze hezké a spokojené fotky. Jiné to není u dětí a mladistvých, což krásně popisuje na příkladu jedné dívky Turkleová (2011,

⁵ Wikipedie a stránky jí podobné fungují na bázi, která se nazývá crowdsourcing. Zjednodušeně to znamená, že má každý přístup k možnosti editovat nebo přidávat články. Zároveň zde ale existuje určitý druh kontroly kredibility upraveného materiálu, díky němuž se zavádějící, nebo vyloženě nepravdivé příspěvky eliminují na minimum.

s. 180). Dospívající se vždy snažili vypadat co nejlépe před svými vrstevníky, jenže teď jsou možnosti naprosto nesrovnatelné s dobou před Facebookem nebo Instagramem. Co se tedy změnilo a jaký to má na teenagery a jejich vztahy dopad?

Podívejme se nejdříve na to, co vlastně identita znamená. Říčan (2010, s. 170) popisuje identitu v rámci Eriksonovy teorie „osmi věků života“, jako těžko definovatelný pojem, s kterým nejvíce souvisí české slovo „totožnost“. Píše, že by se identita dala vysvětlit jako „vědomí, že někam patřím“, „vědění, kým doopravdy jsem, a také tím autenticky být“ apod. (Říčan, 2010, s. 170). Erikson ve své teorii popisuje budování identity (5. stadium) jako období v životě mladého člověka, kdy se musí často rozejít s postoji, které si onen člověk osvojil v dětství a které převzal bez jakéhokoliv kritického myšlení od rodičů a jiných významných lidí v jeho životě (Erikson in Říčan, 2010 s. 170-171). K tvorbě identity se tedy vážou jisté těžkosti, jako jsou změny nálad, krize, rozpory s rodiči, učiteli nebo vrstevníky. Lidově řečeno: člověk se hledá.

Právě v tomto ohledu přicházejí na scénu sociální sítě, které nabízejí vyzkoušet nejen jednu, ale spousty identit, které člověk může libovolně měnit, aniž by ho někdo považoval za podivína. Například Greenfieldová (2016, s. 122-123) píše o jistých pozitivních aspektech této možnosti úpravy identity. Uvádí, že někteří uživatelé, kteří si sami sebou nejsou tak jistí při komunikaci „face-to-face“, mohou online prostředí využít ke svému prospěchu, aniž by o sobě šířili nepravdu. Na internetu je pro ně snazší se vyjádřit, odpadá nervozita z osobního kontaktu a mohou být tak uvolněnější a otevřenější. Mohou konečně ukázat své „pravé já“.

V jistém ohledu se však může tato situace vyvinout směrem, který v konečném stadiu dotyčnému spíše ublíží (ačkoliv si to nemusí uvědomit). Podle McKenové (in Greenfieldová, 2016, s. 123) jsou výše zmínění náchylnější k tomu podlehnout a navazovat vztahy zejména v kyberprostoru, kde jsou „někdo“. Tím pádem mohou internet brát jako náhražku sociálních interakcí, čímž ochabují jejich reálné sociální vazby.

Zajímavý příspěvek do debaty přináší boydová (2017, s. 55), která popisuje práci s identitou online u dospívajících dětí. Píše, že teenageři se často snaží „*balancovat své vztahy a kontexty v rámci celé řady sociálních médií, která používají*“. Tím myslí především fakt, že řada z nich používá různé vzorce chování na různých platformách. Nemá to však co dočinění s tím, že by byl účel všude se chovat jinak. Vliv na tuto snahu má spíše kontext sociální sítě a publikum, které se na ní vyskytuje. To znamená, že dotyčný dospívající může například na Facebooku vystupovat pod svým vlastním

jménem, ale třeba na Twitteru, kde očekává jiné (např. více neznámé) obecnost, se pojmenuje ‚velkej_frajer99‘. S tím se může měnit povaha příspěvků, ale sám teenager se nemění. Se sociální sítí se jen změní předpokládané publikum a tomu se mladí přizpůsobí.

Pozměnit svou identitu není v rámci online veřejnosti složité, i když se někteří giganti, jakým jsou například Facebook nebo Google+, snaží své uživatele donutit k co největší upřímnosti o vlastní osobě. To samo o sobě není nic špatného a vzhledem k tomu, že existují další sociální sítě, se člověk může připojit na nějakou, kde se osobní údaje nechávají být. Jenže nebýt na Facebooku je dnes, zvláště pro teenagery, dost nevýhodné. Jde totiž o platformu, kterou využívá drtivá většina jejich kamarádů a spolužáků a zrušit účet je trochu jako ztratit kontakty v mobilu. Na druhou stranu, mít účet na Facebooku může pro dotyčné občas být stejně stresující a důvodem jsou převážně rodiče, protože Facebook využívají ve velké míře i oni. Když si pak přidají své dítě do přátel, často se nestačí divit. Boydová (2017, s. 62) o tom píše následující: *„Mnoho teenagerů zveřejňuje na sociálních sítích obsah, o němž se domnívají, že je legrační, nebo jenž má u úzké skupiny příjemců vyvolat nějaký konkrétní dojem, aniž si uvědomují, jak by mohl být tento obsah vnímán mimo kontext.“*

Z toho vyplývá, že sociální sítě mohou „zacvičit“ s reálnými sociálními vazbami mezi dětmi a rodiči jen proto, že rodiče nerozumí kontextu, ve kterém jejich děti právě sdílejí „kompromitující“ obsah. Naopak děti nerozumí, proč se na ně rodiče zlobí, když neudělaly nic tak vážného. S tímto problémem souvisí další podkapitola, která se zabývá soukromím a sebereprezentací.

2.3. Soukromí a sebereprezentace

Jednou z nejdůležitější, ale zároveň často nejpomíjenějších věcí, co se děti a mladistvých na sociálních sítích týče, je soukromí. To z velké části souvisí s předchozí podkapitolou, jelikož to za co se na internetu vydáváme, je stejně důležité jako to, co si necháme pro sebe. Jenomže mladí o sobě říkají možná až příliš kvůli sebezviditelnění. To může mít velice neblahé následky.

Problematika soukromí na internetu se začala řešit především s příchodem Webu 2.0, kdy zažily boom sociální sítě a různé online sdělovací prostředky. Dané téma se probíralo a probírá ve spojení s legislativou, s chováním nových online aplikací, ale i s vývojem společnosti jako takové, především proto, že je závislá na moderních elektronických zařízeních umožňujících komunikaci (Ševčíková, 2014, s. 55).

V online prostředí se totiž problematizuje proces kontroly hranic, které lidé okolo mohou překročit a za které je už nepustíme. Zde nemáme plnou kontrolu nad tím, co se o nás kdo může dozvědět, jako je tomu v tradiční komunikaci. I když online sdílíme nějakou fotku pouze s jedním člověkem, stále musíme počítat, že k této fotce má přístup i poskytovatel služby, kterou ke sdílení využíváme a nikdy nevíme, jestli nenajde způsob, jak se k oné fotce dostat, ještě někdo další (Ševčíková, 2014, s. 57). To si však spousta lidí (tím spíše děti a mladiství) neuvědomuje.

Generaci od generace je to se soukromím u teenagerů stejné a bylo by mylné se domnívat, že se sociálními sítěmi jejich „schizofrenní“ přístup k soukromí začal. Například příliš vyzývavé oblečení, které rodiče neschvalují, protože ukazuje příliš, tu bylo už dlouho předtím, než Zuckerberg na Facebook vůbec pomyslel. A proč schizofrenní? Dospívající na druhou stranu málokdy pouští rodiče do svého světa, uzavírají se před nimi, chtějí být o samotě a věnovat se svým věcem v klidu. V těchto případech se mohou maminky a tatínkové divit, co se to s jejich dětmi děje, ale s čistým svědomím většinou říct nemohou, že takoví nebyli (Boydová, 2017, s. 73).

S příchodem sociálních médií se princip nezměnil, vše je jen více na očích pro větší publikum. Nemusí to být ale až tak radikální, jak se zdá. Boydová (2017, s. 74-75) provedla rozhovory s mnoha dětmi na téma soukromí. Ty jí často odpovídaly, že si důležitost soukromí na internetu uvědomují a že jejich rodiče akorát zjednodušují to, co se na sociálních médiích děje, protože si sem tam přečtou nějaký katastrofální článek, nebo poslechnou katastrofální reportáž o tom, jak děti sdílejí vše, co je napadne. Dále autorka dodává, že právě média často ignorují výzkumy, které potvrzují, že teenagerům na soukromí záleží.

Je však nutné uznat, že sociální média dávají dospívajícím spoustu příležitostí k sebezviditelnění, kterých oni sami rádi využívají. Blinka (2015, s. 185-186) píše, že u většiny online aplikací bývá prezentace sebe sama pouhým prostředkem, který usnadňuje komunikaci. U sociálních sítí se u některých jedinců tento prostředek stává jedním ze samotných cílů a motivů k jejich používání. Ať už je to výběr a úprava těch nejlepších fotek, natáčení videí z každodenního života, nebo sdílení svých vlastních myšlenek a vzkazů. U těchto osob je motivací hlavně vyvolat ten nejlepší dojem a ukázat na to, co se nejvíce blíží jejich ideálnímu (ne pravému) já.

Extrémní případy mohou vést až k přehnané posedlosti sebou samými, což potvrzují i mnozí vědci. Ti upozorňují na fakt, že sociální sítě mohou být lákavými platformami pro narcisty. To potvrdila i metaanalýza týkající se více než 4 000 osob

provedená Jean Twengeovou. Twengeová zjistila, že studenti v jednadvacátém století dosáhli vyšších bodů v dotaznících týkajících se narcismu, než studenti, kteří test vyplňovali o dvacet let dříve (Twengeová in Greenfieldová, 2016, s. 126). Greenfieldová (tamtéž) dále pokračuje s tím, že existuje více faktorů, které ovlivňují vztah mezi sociálními sítěmi a narcismem. Patří mezi ně například počet přátel, jak často člověk aktualizuje svůj status nebo fotografie a jaké typy interakcí s přáteli preferuje.

Narcismus je porucha osobnosti projevující se u člověka obrovským sebevědomím, zranitelností vůči kritice, silnými reakcemi na jakoukoliv sebemenší ránu pro jeho ego a zvýšenou pozorností věnovanou sebehodnocení (Praško, 2009, s. 321). Ačkoliv teenageři teprve budují svou identitu (viz kapitola 2.2) a diagnostikovat u nich poruchu osobnosti by mohlo být unáhlené, rysy popisované Praškem jsou nepochybně zřetelné alespoň u některých z nich. Zejména u těch, kteří přidávají desítky vlastních fotek denně na Instagram a nesnesou jakoukoliv kritiku, která by se mohla týkat jejich vzhledu nebo čehokoliv jiného. Navíc je pro tuto skupinu nezbytné, aby měli co největší publikum, které je bude povzbuzovat, nebo alespoň „lajkovat“, jak dodává Greenfieldová (2016, s. 128).

Jenže co to může znamenat pro jejich sociální vazby? Najednou se z dobrých kamarádů i neznámých lidí stane jedna skupina – obecnost. Zároveň, čím více je jedinec na sociálních sítích populární, tím spíše bude trávit čas tam. Jak dokazuje Sigman (2009), čím více času tráví lidé na elektronických médiích, tím méně času tráví interakcí tváří v tvář. Tento nedostatek interakce může vést i k postupnému rozpadu vztahů, úbytku přátel a následnému většímu přilnutí k sociálním sítím, kde je onen jedinec „dokonalý“.

To je však případ jedinců náchylnějších k narcismu a rozhodně se netýká všech teenagerů na sociálních sítích. Ti tyto sítě využívají hlavně ke kontaktování přátel a komunikaci a nepouštějí tisíce lidí do svého každodenního života. Proto boydová (2017, s. 82) kritizuje fakt, že jako výchozí nastavení na sociálních sítích je veřejné sdílení příspěvků. V offline konverzaci existuje soukromí mezi dvěma lidmi. Internet, jakožto médium, již takto privátní komunikaci nabídnout nemůže. Dává to smysl, médium komunikaci zprostředkovává, a tudíž je automaticky její součástí. Na sociálních sítích tedy musí udělat teenageři pár kroků navíc, pokud nechtějí určitý příspěvek sdílet se všemi online „přáteli“. Existují dvě možnosti, jak to provést – buď jmenovitě odeberou některé osoby z dosahu příspěvku, nebo naopak do kolony příjemců musí vypsát všechny, se kterými danou věc chtějí sdílet. To není složité,

ale rozhodně je to náročnější, než to nechat být a nesdílet nic, což je třetí možnost, kterou se nakonec vydá většina. Starší generace na Facebooku pak vidí pouze nudné, všem přístupné příspěvky od mladých a myslí si, že si nemají co říct.

To je však chyba. Mladí komunikují často a rádi, ale o tom už bude pojednávat další kapitola.

2.4. Komunikace

Sherry Turkleová (2015, s. 3) píše v úvodu své knihy *Reclaiming conversation* následující: „*Náš nový, zprostředkovaný život nás dostal do problémů. Konverzace tváří v tvář je nejlidštější (...) věc, kterou můžeme dělat. Když se sobě navzájem otevíráme, učíme se poslouchat. Díky tomu rozvíjíme svou kapacitu pro empatii. Zde prožíváme radost z pocitu, že jsme slyšeni a chápáni. Tyto konverzace zlepšují i naši sebereflexi, tedy monology, které vedeme se sebou samými, což je základní kámen našeho vývoje, na kterém stavíme celý život.*“⁶

Konverzace (a komunikace celkově) je zkrátka základní ingredience, nezastupitelná při vytváření silné vazby nejen k druhému člověku, ale i k sobě samému. Verny a Weintraub (2000) popisují ve své knize senzorycký vývoj ještě nenarozeného dítěte. Již ve čtyřech měsících má miminko na základní úrovni vyvinutý hmat a chuť a dokáže reagovat na silné světlo. V pátém měsíci se začíná vyvíjet sluch. Při velmi hlasitém zvuku si takto staré nenarozené dítě už zakrývá rukama uši (Verny a Weintraub, 2000, s. 15). Z toho vyplývá, že už než se člověk narodí, již je vybaven pro komunikaci s okolím.

Je tedy namístě tyto predispozice využít a nepromrhat, jak se tomu děje v poslední době. Konverzace tváří v tvář je zejména u malých dětí naprosto nezbytná, jak píše Spitzer (2016, s. 178-179). Ten popisuje, že už pětíměsíční děti se dívají mluvčímu člověku na ústa, aby mohly rozeznat, co říká a aby se snáze naučily mluvit. V návaznosti na toto zjištění bylo dokázáno, že při pozorování a naslouchání mluvené řeči nelze fyzickou přítomnost mluvčího zastoupit monitorem, který ho jen zobrazuje. Pokud je malé dítě před obrazovkou častěji, než před rodičem, vývoj jeho řeči zaostává. Jazyk se jednoduše dá osvojit pouze při osobním dialogu s druhými.

Turkleová (2015, s. 7) věří, že počítače poskytují pouhou iluzi společenství bez nároků, které na člověka klade přátelství a jeho intimita. Tváří v tvář lidé jednají tak, jak bychom to od počítače nečekali. Když se počítač chová nepředvídatelně, dá se

⁶ Překlad z anglického jazyka – autor bakalářské práce

to stále v jistém smyslu předvídat. Při osobní konverzaci s druhými prostě musíme dávat dobrý pozor a vědět, jak se do nich vcítit, abychom jim mohli patřičně odpovědět. Čas strávený s lidmi učí děti jak vytvářet vztahy, což začíná uměním konverzace.

Nemusí však jít pouze o konverzace mezi dětmi a rodiči, ačkoliv pro budoucí život jsou právě ony základem. Studie z roku 2012 vedená Royem Peou zkoumala vývoj jistých hodnot a emocí v souvislosti s využíváním Facebooku. Tázáno bylo 3 461 dívek ve věku od osmi do dvanácti let. Mimo zjištění, že četné sledování videa má špatný vliv na úspěšné sociální vztahy, bylo potvrzeno to, že dívky, které častěji mluví s vrstevníky tváří v tvář, jsou v sociálních vztazích úspěšnější (Spitzer, 2015, s. 104-105).

Young (2017, online) ale píše o další hrozbě nadměrného komunikování přes sociální sítě – trivializování komunikace. Sociální sítě jako Facebook nabízejí „lajkování“⁷ (i když právě Facebook přidal dalších pět emocí, kterými lze reagovat na příspěvky), což často bohatě stačí jako odpověď. Beze slov, bez hlubšího významu, prostě jen „líbí se mi, co jsi napsal/a“. Co když se mi ale něco nelíbí? Tak už to musím napsat, protože sociální sítě podporují pozitivní interakce a negativita zde nemá co dělat, což dost zavání sociálním inženýrstvím. Nejde však jen o „lajky“, ale i o samotné psané zprávy.

Nejlepším příkladem trivializování konverzací je sociální síť Twitter. Sem se přidávají psané příspěvky, háček je však v tom, že příspěvek nesmí přesáhnout 140 znaků včetně mezer. To vyzývá uživatele k tvořivé úpravě jazyka, který tím však neuvěřitelně trpí. Lidé jsou nuceni používat více zkratek. Navíc je tím podporována pouze krátkodobá pozornost, jelikož takovou zprávu člověk přečte rychle a vzhledem k délce, která neumožňuje komplikovanější obsah, nad ní nemusí tolik přemýšlet. Aldridge (2013, online) to přirovnává k dystopickému románu od George Orwella „1984“, kde se píše o snaze zavést tzv. *newspeak* – neboli zjednodušit jazyk tak, aby byly vyjadřovány jen ty nejzákladnější myšlenky a tím se lépe ovlivňovaly masy. Nemůžeme Twitter obviňovat z tohoto plánu, podobnost je však zábavná a celkem trefná. Pro teenagery, kteří tento způsob komunikace hojně využívají, však může dojít nejen k trivializování jejich jazyka, ale následně i vztahů.

⁷ Like (neboli „lajk“) je označení pro tlačítko na Facebooku, kterým můžeme vyjádřit, že se nám líbí daný příspěvek, komentář, obsah, atd. Dalo by se říct, že čím více „lajků“, tím větší váhu příspěvek, komentář, atd. má.

Je nutné uvědomit si, že ti teenageři, kteří preferují komunikaci neosobní (sms, sociální média, e-mail), bývají ochuzeni o emocionální podporu, která je součástí kontaktu tváří v tvář. Navíc je pro ně mnohem složitější poznat, jak lidé na druhé straně reagují na jejich zprávy a soucítit s nimi, což výrazně oslabuje schopnost odhadnout atmosféru, ve které konverzace probíhá. Bohužel, to si většina lidí preferujících online kontakt neuvědomuje, protože pro ně je často pozitivní nemuset komunikovat přímo. To konec konců nemusí být pro všechny tak jednoduché. Člověk se může přereknout, červenat se, potit se, říct něco, co nechtěl a mnoho dalšího. V nepřímé komunikaci (a hlavně textové) se tato rizika eliminují na minimum. Jenže čím více člověk komunikuje online, tím náročnější je pro něj návrat do reálného dialektu. Proto hrozí, že se člověk dostane do začarovaného kruhu. Více času na internetu ochabuje schopnosti, které na internetu nejsou potřeba, a proto není nutné komunikovat tváří v tvář (Greenfieldová, 2016, s. 137-139).

Zmínění teenageři si ale neuvědomují, jak moc osobní kontakt potřebují. Spitzer (2016, s. 259) popisuje studii, které se účastnilo 2 393 mladistvých ve věku patnáct až devatenáct let z různých velkoměst měst po celém světě. Zde byla zkoumána společenská podpora mladistvých z problémových částí města a její vliv na depresi. Z výsledků bylo zřejmé, že u těch, kteří měli podporu ze strany rodiny a sousedů, byla míra deprese nižší, než u těch, kteří takovou podporu měli narušenou nebo neměli žádnou. Avšak k tomu, aby byla společenská podpora silná, je nutné žít v pospolitosti. Tu narušují právě sociální média.

Dalšími riziky se bude práce zabývat v následující kapitole, nicméně aktuální kapitole je možné uzavřít citátem z knihy Sherry Turkle: *„Mobilní technologie tu nadále zůstanou i se všemi divy, které přinášejí. Přesto nastal čas, kdy musíme zvážít, do jaké míry jim dovolíme vměšovat se do věcí, na kterých nám záleží – a jakmile si toto uvědomíme, můžeme začít jednat: Můžeme přepracovat technologie a zároveň změnit způsob, jakým je přinášíme do našich životů.“*⁸ (Turkle, 2015, s. 7)

⁸ Překlad z anglického jazyka – autor bakalářské práce

3. Rizika spojená s používáním sociálních sítí dospívajícími

V minulých kapitolách již bylo několikrát zmíněno, že sociální sítě mohou být příčinou různých problémů v životě dítěte a dospívajícího člověka. S jejich náhlým příchodem, kterým započala nová éra sociálních interakcí, přišlo i mnoho, do nedávna ignorovaných, rizik týkajících se jak vývoje, tak psychiky a sociálního života jedince. Třetí kapitola má za cíl nastínit některé ze zásadních ožehavých témat a výsledků výzkumů, podporujících teze, že sociální sítě působí na člověka škodlivě. Kapitola sama je rozdělena do tří částí – vývojová rizika, psychosociální rizika a nakonec i možnosti, kterými můžeme tato rizika alespoň částečně eliminovat.

3.1. Rizika postihující tělesný vývoj

Nejdříve se podívejme na rizika, která souvisejí s tělesným vývojem jedince. Ta mají za následek špatnou nebo zhoršenou funkčnost jedincova těla. Pokud budeme mluvit o rizicích spojených se sociálními sítěmi, nesmíme přehlížet fakt, že sociální sítě fungují pouze na internetu, který si člověk prohlíží na mobilu, tabletu nebo počítači. Tyto přístroje nám otvírají neuvěřitelné možnosti, ale zároveň skýtají i mnohá nebezpečí, a bylo by neohleduplné nepřiznat jim svůj podíl viny na problémech, o kterých budeme hovořit. Tato podkapitola se tedy nebude týkat pouze sociálních sítí, ale zejména technologií s nimi spojených.

Známý psychiater a kritik moderních digitálních technologií Manfred Spitzer se prostřednictvím svých knih a přednášek snaží upozornit na nespočet úskalí, která souvisejí s těmito technologiemi a tudíž i se sociálními sítěmi. Během své přednášky v Hradci Králové (2018) popisoval hlavní problémy týkající se digitálních technologií. Z tělesných problémů vyjmenoval zejména krátkozrakost, vysoký krevní tlak a poruchy spánku.

Krátkozrakost je podle Spitzera (2018, přednáška) stále více se objevujícím fenoménem dnešní doby. Například v Číně a Jižní Koreji je již 80-90 % mladých lidí krátkozrakých a v Evropě je to každý druhý. Příčinou této „epidemie krátkozrakosti“ je příliš času stráveného u všemožných displejů a hlavně v příliš brzkém věku, což potvrzuje i studie z roku 2015 (Fernández-Montero a kol., online), která zjistila, že u studentů používajících počítač více, existuje korelace s rostoucí myopií.⁹ K tomu ještě doplňuje studie z roku 2017 (Zhou a kol., online), že děti, kterým rodiče regulují jas

⁹ myopie = krátkozrakost

u obrazovek během doby, kdy je jejich ratolesti používají a zároveň regulují i tuto dobu, mají v menší míře příznaky krátkozrakosti.

Jako dalším rizikem, objevujícím se ve spojitosti s užíváním sociálních médií, je vysoký krevní tlak. Ačkoliv se to zdá možná nepochopitelné, i v tomto ohledu existuje jistý vztah. Bylo prokázáno, že když má člověk ve své přítomnosti telefon, již to stačí, aby byl nervóznější. Když poté telefon zazvoní, nebo se objeví nová zpráva, člověku „vyskočí“ krevní tlak. Čím více používají tyto technologie děti, tím vyšší krevní tlak se u nich objevuje, což poté může mít za následek i infarkty v relativně mladém věku (Spitzer, 2018, přednáška).

Ve studii, kterou vedla Cassidy-Bushrow, z roku 2014 (online), je potvrzena pozitivní korelace mezi hypertenzí a nadměrným užíváním internetu. Ze 134 teenagerů, kteří používali internet 25 hodin týdně a více, mělo zvýšený krevní tlak 26, což je mnohem více, než je průměr. K tomu je možné připočítat i stále rostoucí počet infarktů myokardu u mladých dospělých (George a kol., 2017, online) a nakonec vychází celkem neblahý obrázek současné doby.

V neposlední řadě se k používání sociálních médií, internetu a technologiím s ním spojeným, vážou poruchy spánku. Tato vazba se sice projevuje u všech věkových kategorií, u dětí a dospívajících jsou však dopady nejničivější. Pokud mladý člověk trpí poruchou spánku, jakou je insomnie, druhý den má méně energie, podává horší výsledky ve škole a hůře si pamatuje nové věci. Navíc studie ukazují, že nedostatek spánku může vést i k obezitě, rizikovému chování adolescentů a snížení imunity (Spitzer, 2016, s. 224).

Jakým způsobem tedy způsobují obrazovky poruchy spánku? Spitzer (2016, s. 234-235) uvádí příčin více:

1. Počítače a internet jsou jednoduše „zloději času“, který by teenageři jinak využili ke spaní;
2. obsahy vyhledávané pozdě večer ruší klidný spánek, pokud o nich člověk moc přemýšlí;
3. používání elektronických médií může vést k nepříjemnému svalovému napětí, mající za následek neklidný spánek;
4. z postele se stává „herna“, takže již není místem klidu a odpočinku, ale napětí a rozčilení – tím by se daly poruchy spánku „natrénovat“;
5. modré světlo, vyzařované obrazovkami, může narušit biologické hodiny a tím i cirkadiánní rytmus člověka.

Všechny tyto důvody mají svou jistou logiku, v poslední době je však nejdiskutovanějším ten poslední. Mnohé studie a odborné články popisují dopad modrého světla na lidský biorytmus. Mechanismus, který za tím stojí, je jednoduchý. Lidské tělo je zvyklé být vzhůru ve dne, když je obloha venku jasná. Když však přijde večer a obloha je temná, tělo se automaticky začne připravovat na spánek. To se ovšem nestane, pokud se dlouho do noci člověk kouká do obrazovky, která vyzařuje modré světlo. To totiž simuluje světlo denní, což dává signál tělu, že den ještě neskončil a nezačne se vytvářet hormon melatonin, jinak zvaný „spánkový hormon“. Člověk si tedy o půlnoci může říct, že už půjde spát, ale pokud do té doby koukal do monitoru nebo mobilu, spánek jen tak přijít nemusí (Spitzer, 2018, přednáška). Doporučení proto zní, aby se lidé nevystavovali zářivému modrému světlu po dobu alespoň dvou hodin před ulehnutím do postele (Harvard Health Publishing, 2012, online).

Mezi další rizika, která zmiňuje odborná literatura, patří ještě obezita a cukrovka, nicméně ta již souvisejí obecně s užíváním audiovizuálních médií, což se od sociálních sítí příliš vzdaluje, a proto jsou v bakalářské práci vynechána.

3.2. Rizika postihující psychosociální vývoj

Již od představení televize se obecně řešilo, zda nemají audiovizuální média špatný vliv na dětskou psychiku, což se někteří snažili vyvrátit a další potvrdit. A s těmito tábory se můžeme setkat do dnešních dnů. Proti televizi hovořil například známý výzkum Alberta Bandury spojený s teorií sociálního učení. Bandura dokázal, že děti, které vidí v televizi násilí bez trestu, mají tendenci toto násilí později opakovat. To bylo zdokumentováno v rámci experimentu s panákem Bobo (Collin, 2012, s. 288-289).

Jak čas plynul, světlo světa spatřily další technologické zázraky jako stolní počítače, internet a smartphony, ale s nimi bohužel přišla i další rizika, která budou tématem aktuální kapitoly. Některá z těchto rizik již byla zmíněna nebo nastíněna v předchozích kapitolách, zde se na ně podíváme zblízka a představíme další.

Poruchy učení jsou jedním z hlavních témat, souvisejících s digitálními médii. Učení je základním mentálním procesem, který představuje speciálně organizované osvojování znalostí, zkušeností, informací, návyků atd. (Vacínová a Langová, 2011, s. 131, 157). Spitzer (2018, přednáška) k tomuto tématu vyjadřuje jisté obavy, co se používání moderních technologií týče. Říká, že čím dříve se dítě začne učit nové věci, tím více se toho bude moci naučit i v dospělosti a tím později se u nich objeví demence. Jenže tomu současné technologie příliš nenapomáhají, ačkoliv se spousta odborníků

snaží dokázat opak. Jako příklad může sloužit tablet u malého dítěte. Než aby dítě něco tvořilo, malovalo, modelovalo, hrálo si, tak jezdí prstem po displeji, čímž nerozvíjí jemnou motoriku rukou, která je velice potřebná nejen pro psaní a malování, ale pro spousty jiných manuálních aktivit. Jinou věcí, která učení nenapomáhá je Google. Spitzer tvrdí, že informace nalezené na Googlu člověk zapomene mnohem rychleji, než to, co si přečte v knize.

Používání notebooků při vyučování také není nic, co by výkonu žáků prospívalo (pokud se tedy nejedná o programování apod.). Ze studie z roku 2016 (Patterson a Patterson, online) vyplývá, že studenti, kteří neměli možnost využívat při hodinách laptop, měli mnohem lepší výkon než ti, kteří tuto možnost měli a využívali jí. Je to jednoduché. Na notebooku se dá najednou dělat více věcí, než jen psát zápis. To je velká výzva pro pozornost a mnoho studentů tedy dělá zápisy a zároveň chatuje s ostatními, prohlíží webové stránky, nebo hraje hry. Tím pádem si toho z hodiny odnesou méně, než ti, kteří mají jen sešit a tužku.

Učení však není jen o memorování a školních výsledcích. Již výše zmíněné sociální učení je toho důkazem. Například k tomu, abychom správně jednali s druhými lidmi, s nimi musíme trávit čas osobně, tváří v tvář. Mluvit s nimi, koukat, jak reagují na to, co řekneme, učit se předpovídat jejich reakce. Tyto vlastnosti se nedají nahradit při neosobních konverzacích na sociálních sítích. O tom již mluvila i kapitola 2.4.

Jaká tedy plynou rizika z toho, když člověk už od mala kouká do tabletu a poté preferuje neosobní komunikaci přes textové zprávy a tudíž se „neučí“ jednat s lidmi přímo? Na to odpovídá Greenfieldová (2016, s. 139). *„Představte si, že byste nikdy příliš nepraktikovali komunikaci tváří v tvář, neboť jste od útlého věku byli s ostatními ve styku většinou prostřednictvím internetu. Místo řeči těla, tónu hlasu a fyzického kontaktu jsou dominantním prostředkem pro vyjádření slova. Řada lidí si dnes stěžuje, že si jejich slova při chatování prostřednictvím sociálních médií někdo špatně vyložil. Není divu. Jakkoliv můžeme o svých pocitech diskutovat, pouhá slova prostě nemohou nahradit upřímný výraz obličeje.“*

Na to přímo navazuje i téma empatie, které ve spojitosti s výše řečeným, ubývá. V únoru 2018 se stala v Indii tragédie. Muž se střelil do hlavy a jeho přítelkyně, která byla u toho, volala po kolemjdoucích o pomoc. Nejen, že nikdo na pomoc nepřišel, jeden kolemjdoucí dokonce začal tragédii natáčet. Poté, co dívka viděla, že jí nikdo kolem nepomáhá, vzala přítelovu zbraň a střelila se také. Oba dva milenci zemřeli (India.com, online). Jistě by se dalo říci, že uvedený příběh je extrémní a je tomu tak,

nicméně v poslední době takovýchto případů přibývá a nabízí se pár vysvětlení, proč tomu tak je.

Jedním je celkem známý jev, tzv. „efekt přihlížejících“. V tomto případě se odpovědnost za řešení situace, nebo za pomoc někomu v nesnázích „rozprostře“ mezi všechny přítomné. Jednoduše řečeno, dotyční si řeknou, že na pomoc určitě přijde někdo jiný, nebo nereagují, protože se nechtějí dostat do problémů, kdyby náhodou situaci špatně vyhodnotili. Přihlížejícímu může být nešťastníka i líto, ale k pomoci se neodhodlá (Velikovská, 2016, s. 66). To však nevysvětluje, proč někdo vytáhne telefon a začne incident nahrávat.

Spitzer (2016, s. 261) z toho viní již zmiňovaný nedostatek sociálního kontaktu v dětství. Tím, že se nedokážeme vcítit do někoho, kdo potřebuje pomoci, vlastně celou situaci bereme, jako bychom jí viděli v televizi. Netýká se nás. A když se nás to netýká, tak můžeme klidně celou věc natočit a ještě na sebe prostřednictvím cizího neštěstí upozornit na sociálních sítích. Empatie je v tomto případě nezvěstná.

S dalšími příklady úbytku empatie se můžeme setkat přímo v online prostředí. Turkleová (2011, s. 234-237) ve své knize popisuje příběhy lidí, kteří byli „oběťmi“ nevybíravých až útočných komentářů na internetu. Dané jednání vysvětluje tak, že anonymita dává lidem moc říci, co si záměrně, aniž by cítili výčitky. Přiznává ale, že existují i lidé, kteří ostatním ubližují online, ačkoliv nejsou anonymní. Vysvětlení je však snadné. U kontaktu na dálku mají někteří lidé pocit nedotknutelnosti. Navíc nevidí reakci osoby, která kritiku nebo útok přijímá, takže ani nedostávají bezprostřední zpětnou vazbu v podobě pláče, křiku, znechucení, apod. Necítí tak pocit viny, nebo soucit, který by pocítovali při osobním kontaktu. Jejich empatie se tímto stylem značně otupuje, což se pak může odrazit i v prostředí mimo internet.

Neméně důležitým rizikem, na němž se podílejí sociální sítě, je u dospívajících oslabená pozornost. Pozorností myslíme „zaměřenost vědomí k určité osobě, předmětu nebo jevu“ (Vacínová a Langová, 2011, s. 154). Tato zaměřenost je velice důležitá pro život obecně. Je nezbytná pokud se snažíme učit, poslouchat něčí vyprávění, při četbě knihy a podobně. Goleman (2014, s. 25) píše, že pozornost je klíč k pomyslné síti, kterou zvětšujeme pokaždé, když se na něco soustředíme. Tato síť propojuje všechny naše znalosti a vytváří souvislosti mezi již známými věcmi a věcmi právě vnímanými. Jenže tato síť je tím děravější, čím častěji přerušujeme svou koncentraci. Typickým příkladem je surfování na internetu. Online jsme bombardováni různými texty, videi, fotkami, vzkazy a informacemi, které ani nedokážeme vstřebat, a pozornost je tatam.

Jak píše Spitzer (2014, s. 201-204), tento jev je v dnešní době pojmenován multitasking, a bývají mu, podle něj, neprávem přiřknuty hlavně pozitivní konotace. Jenže zas tak pozitivní tento jev rozhodně není. Jak bylo zmíněno v případě notebooků používaných při hodinách, multitasking má neblahý dopad na celkový výkon dospívajících, a nejen jich. Každá duševní aktivita, kterou člověk zažívá, zanechává v jeho mozku stopy, které ovlivňují jeho budoucí fungování, a čím více je jedincova pozornost rozprostřená do různých, spolu nesouvisejících úloh, tím hůře se poté dokáže soustředit na opravdu důležité podněty.

Turkleová (2015) ve své knize několikrát zmiňuje tzv. „odběhnutí od konverzace“, které je specifické tím, že během hovoru tváří v tvář někdo používá mobil nebo notebook. Tím se jeho pozornost najednou rozprostírá mezi konverzací a dění na daném přístroji a samotný osobní kontakt náhle ztrácí hloubku. I to je forma multitaskingu, ale bohužel taková, která nepříjemně působí na sociální vazby mezi lidmi a nejen na jedince samotného. Nikomu není příjemné, když mluví a ví, že druhý člověk není duchem plně přítomný.

Že je tento jev aktuální, ukazuje výzkumné šetření provedené v rámci bakalářské práce. 75 % (169 z 226) dospívajících, kteří byli dotazováni, odpovědělo, že dění na sociálních sítích kontroluje i v přítomnosti kamarádů nebo rodičů, přičemž více než polovina z nich (51 %; 115 z 226) alespoň jednou za hodinu.

Lidé, kteří často používají mobily, notebooky nebo tablety i během chvil, které by měli věnovat přátelům a rodině, mohou vykazovat i známky závislosti na sociálních médiích a sociálních sítích. Griffiths (in Blinka, 2015, s. 181) popisuje tento fenomén na případě mladé dívky, která se stala závislou na Facebooku. Dotyčná se snažila být online v každé chvíli – ve škole i ve volném čase. I během noci, kdy měla spát, se několikrát vzbudila, aby zkontrolovala dění na této sociální síti. Přidávala velké spousty příspěvků, a pokud na ně nebyly reakce dostatečné, byla podrážděná nebo smutná. Zašlo to až tak daleko, že musela několikrát opakovat zkoušky ve škole. Psychologickou pomoc jí musela zprostředkovat rodina, jelikož dívka sama necítila, že by měla problém.

Za účelem zjištění přítomnosti závislosti na Facebooku u jedince vypracovali psychologové z univerzity v Bergenu (Norsko) dotazník nazvaný *Bergen Facebook Addiction Scale* (BFAS). Ten ukázal jistou souvislost mezi závislostí a extroverzí, neurotičností a také poruchami spánku (Spitzer, 2016, s. 94-95)

Nešpor (2011, s. 33) zmiňuje, že závislost na internetových diskusních skupinách (chatech) může vést zanedbávání svých reálných vztahů pro „mělké a povrchní kontakty po internetu“. To lze vztáhnout i na sociální sítě, které vystřídaly, a dalo by se říci, pohltily právě různé chatovací místnosti.

Nakonec se budeme zabývat otázkou: jsou dospívající na sociálních sítích šťastnější, nebo nešťastnější? Vesměs záleží na spoustě faktorů. Jak si vedou v reálných sociálních interakcích, kolik mají opravdových přátel, jakou mají sociální oporu, jestli jsou introverti nebo extroverti, a mnohé další. Odlišné faktory však odhalují odlišné výsledky výzkumů a studií. Co stojí za povšimnutí – to, jak je člověk spokojen v reálném životě, souvisí s jeho spokojeností v tom virtuálním.

O tom píše i Greenfieldová (2016, s. 111-112). Dospívající, kteří jsou aktivnější na sociální síti Facebook (sdílejí příspěvky, píšou s i s přáteli atd.), hlásí menší pocit osamění než ti, kteří jen pasivně prohlížejí profily „přátel“. Zároveň ti, co vykazují větší pocit osamění, mají silnější vazbu k Facebooku, z čehož vyplývá, že osamělejší lidé používají sociální sítě ke kompenzaci nedostatku vztahů v reálném životě. Osamělejší teenageři také mají větší počet online „přátel“, oproti těm, kteří jsou v reálném životě více společenší.

Spitzer (2014, s. 236-237) upozorňuje na jistou švédskou studii, ze které vyplynulo, že digitální média souvisejí se zvýšeným výskytem stresu a depresí u teenagerů, zejména pak u dívek. Mezi některé ze zjištěných příčin patří to, že více času stráveného u digitálních médií vede k zanedbávání pohybových aktivit a ke snížení účasti na skupinových volnočasových aktivitách. To vede k jisté deformaci tělesného i duševního stavu jedince, takže se tento jedinec celkově cítí hůř.

Pokud shrneme veškeré uvedené poznatky, utvoří se před námi docela jasný obrázek. Používání sociálních sítí v mladém věku může vést k poruchám spánku, pozornosti, ke snížení empatie a zhoršení sociálních dovedností, a jejich nadměrné používání může vést až k závislosti. Tato rizika však v největší míře postihují ty, kteří již mají nějaké problémy z reálného života, a proto nelze všechnu vinu svalovat na sociální sítě a s nimi spojená digitální média. Co je tedy nutné udělat, aby děti a dospívající neztratili na sociálních sítích své mládí?

3.3. Aktuálně řešený problém sociálních sítí a digitálních technologií

Moderní technologie jsou takřka všudypřítomné a je tedy nutné naučit se s nimi vycházet a zacházet tak, aby zůstaly naším sluhou a nestaly se naším pánem. Nejen děti

a dospívající, kteří vyrůstají „pod palbou“ nejrůznějších technologických lákadel, se musí naučit, jak tyto vymoženosti využívat ku prospěchu. Toto téma by se mělo týkat i rodičů a pedagogů. Na jejich znalostech závisí budoucnost dalších generací, takže rozhodně nesmějí zaostávat.

Spitzer (2014, s. 266-268; 2018, přednáška) důrazně upozorňuje, že pro dítě a dospívajícího je nutná tzv. „výchozí úroveň“. Hodně zjednodušeně by se dalo říci, že v životě člověka je několik etap, které předurčují, jak se bude formovat jeho mozek, zdraví, vztahy a život celkově. To začíná už od dětství. Pokud rodiče dítě nasměrují správně tak, aby se začalo učit druhý jazyk, nebo rozvíjelo svou motoriku, rozhodně mu tím prokážou službu, protože takové dítě se začne mnohem lépe vyvíjet než to, které už od mala kouká celý den do obrazovky – to naopak vede k poruchám vývoje řeči, pozornosti atd. Dalším cílem pro dítě by měly být aktivity jako sport, hudba nebo divadlo. Ty nejenže rozvíjejí mozek mladého člověka a zvyšují tak jeho funkčnost a kapacitu, ale zároveň se dítě dostane do kolektivu, který je důležitý pro získání sociálních kompetencí nezbytných v budoucím životě. Naproti tomu hraní počítačových her a trávení času na sociálních sítích spíše povede k problémům ve škole, horším sociálním vztahům apod.

Zakazovat však dětem přístup na sociální média a internet by v dnešní době, kdy mnoho veřejných míst nabízí wi-fi a téměř každý má smartphone, bylo zbytečné. Navíc zákazem bychom mohli dospívajícího spíše motivovat k opaku, jak zní známé rčení „zakázané ovoce chutná nejlépe“.

Boydová (2017, s. 100-101, 108) navíc píše, že úplný zákaz sociálních sítí může až ochromit sociální život teenagerů, jelikož na nich se dozívají mnoho informací o dění kolem. Nevyvrací, že existují jedinci, kteří si k sociálním sítím pěstují nezdravý vztah, který převrací jejich život naruby, na druhou stranu se ale staví proti tomu, aby byla veškerá aktivita na sociálních sítích vnímána jako něco patologického. Viníkem, jak už bylo zmíněno, jsou z větší části různé faktory, ať už sociální, kulturní nebo osobnostní. Jako příklad uvádí dívku, která se připojuje na Facebook, ačkoliv by se raději s kamarádkami vídala osobně. Jenomže v tom jí často brání rodiče, kteří nechtějí, aby chodila ven sama. Proto je pro ni Facebook jedna z možností, jak s přáteli čas trávit, i když ne tváří v tvář. I výzkumné šetření v rámci této práce potvrzuje, že více dospívajících upřednostňuje sociální kontakt osobní před tím na dálku.

Greenfieldová (2016, s. 265, 268-270) volí v interpretaci hrozeb digitalizace zlatou střední cestu a zároveň o poznání globálnější přístup. Uznává, že dopad

digitalizace může znamenat velké změny a nárůst jistých problémů ve společnosti, nicméně vyvrací teorie, že by snad moderní technologie mohly dehumanizovat společnost. Naopak píše, že sociální sítě představují pro mnohé uživatele prostředek, jak dosáhnout velice lidských potřeb. Mezi ty patří potřeba uznání, potřeba vědomí, že jsem přijímán a touha po uspokojení. Autorka dále píše, že jsme se dostali do doby, kdy máme možnost uvědomit si svůj skutečný, individuální potenciál a kdy můžeme klást velké otázky a přinášet zajímavá řešení. Usměňuje to však tezí, že je nejprve nutné stanovit, jak dále chceme světovou společnost budovat, a jakých individuálních rysů osobnosti si ceníme. To by měla být témata pro globální debatu, která by řešila všechny kladné i záporné aspekty moderních technologií, šířené odborníky. Každý by tak měl možnost vytvořit si svůj vlastní názor, který by pak byl součástí celosvětového průzkumu na dané téma. Výsledkem by mohlo být vytvoření softwaru, který by se měl snažit kompenzovat a balancovat nedostatky, které vznikají nadměrným používáním obrazovkových technologií.

To už však téměř zní jako science fiction. Do té doby se jednoduše musíme soustředit na to, abychom my jako jedinci, dávali co nejlepší příklad dětem, otevírali jim co nejvíce možností a tím jim dávali na výběr. Koneckonců, základem všeho je vztah dítěte a rodiče, tak toho využijme, aby si naši potomci nemuseli tento vztah kompenzovat na sociálních sítích.

4. Výzkumné šetření

Výzkumné šetření provedené v rámci bakalářské práce, bylo koncipováno tak, aby korespondovalo s tématem celé práce. Následující kapitola pojednává o užitých metodách, stanovených hypotézách a výsledcích šetření. Na konci je vyústění v podobě diskuze.

4.1. Cíle a hypotézy

Hlavním cílem výzkumného šetření bylo zmapování vztahu mezi používáním sociálních sítí dětmi a mládeží a jejich vnímanými sociálními vazbami. Tento cíl byl ještě rozšířen o zjištění rozdílu mezi chlapci a děvčaty v aktivitě na sociálních sítích a to, jakým stylem jsou ovlivněny záliby a zájmy dětí dospívajících při jejich vzrůstající aktivitě na sociálních médiích. Bylo stanoveno pět základních hypotéz, které vycházely z předešlých výzkumů a teorií, které se výzkum snažil ověřit v praxi. Porovnáním výsledků výzkumu a jim předcházejících zjištění se zabývají poslední části kapitoly – vyhodnocení výsledků a diskuze.

Hypotézy byly stanoveny následovně:

H1: U dospívajících vzrůstá s věkem i průměrný čas, který stráví na sociálních sítích. (Hypotézou 1 se zabývají otázky č. 2, 5 a 6 v dotazníku – příloha A)

H2: Dívky jsou na sociálních sítích aktivnější než chlapci. (Hypotézou 2 se zabývají otázky č. 1, 4, 5, 6, 8 a 10 v dotazníku – příloha A)

H3: Čas trávený na sociálních sítích ovlivňuje u dospívajících čas trávený zálibami a zájmy a čas trávený s kamarády. (Hypotézou 3 se zabývají otázky č. 5, 6, 11, 12, 13, 14, 15 a 16 v dotazníku – příloha A)

H4: Množství „přátel“ na Facebooku nemá u dospívajících výrazný vliv na množství blízkých osob. (Hypotézou 4 se zabývají otázky č. 10, 14 a 17 v dotazníku – příloha A)

H5: Dospívající, kteří preferují osobní kontakt s druhými, celkově lépe hodnotí své vztahy a bývají méně nesví při absenci sociálních sítí. (Hypotézou 5 se zabývají otázky č. 9, 18, 19 a 20 v dotazníku – příloha A)

4.2. Výzkumná metoda

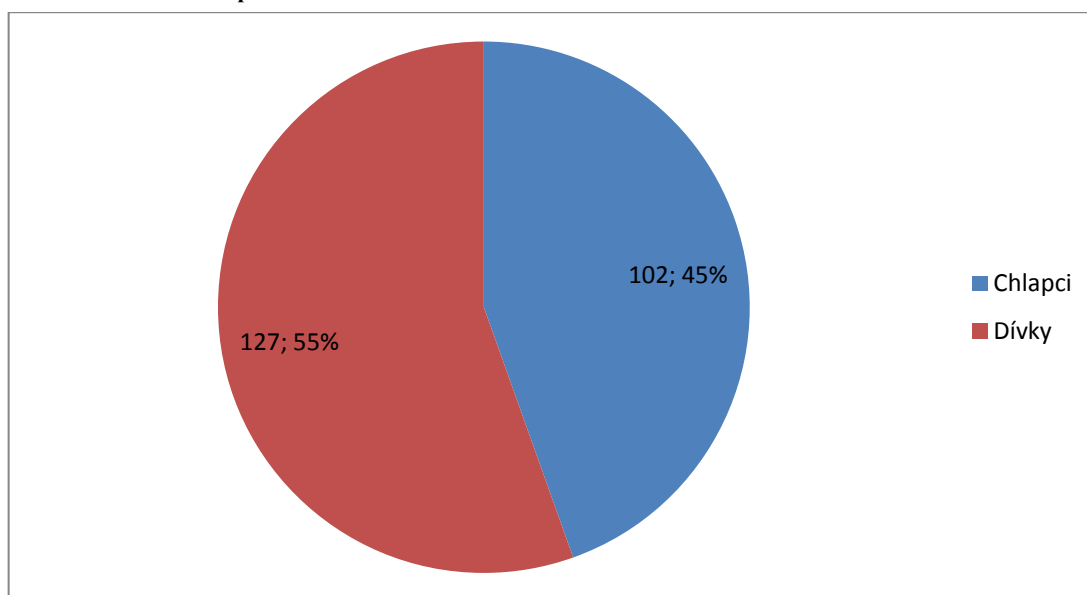
Výzkumné šetření bylo provedeno kvantitativní formou, konkrétně dotazníkovým šetřením o 20 otázkách (Příloha A). Z těchto dvaceti otázek bylo 12 otázek uzavřených,

4 otevřené, 2 polouzavřené a 2 baterie otázek. Metoda dotazníkového šetření byla zvolena proto, že umožňuje získat velký počet dat během krátké doby, což byla kvalita, která o jejím výběru rozhodla, vzhledem k charakteru a ambicím výzkumného šetření. Její nevýhody, jako jsou téměř neexistující vazba mezi tazatelem a tázaným, nebo snadné zkreslení pravdivosti dat tázanými, byly brány v potaz. Dotazník byl po sestavení otázek předložen dvěma žákům základní školy, aby bylo zjištěno, zda je obsah srozumitelný a zda je možné na všechny otázky odpovědět bez problému. Samotný proces sběru dat trval týden – od 22. do 28. března 2018. Po předvýzkumu bylo do škol distribuováno celkem 330 dotazníků vytištěných na papíře, z nichž se vrátilo vyplněných 230. Pouze jeden z těchto 230 nevyhovoval kvůli věku respondenta a musel být tudíž vyřazen.

4.3. Instrukce a výzkumný vzorek

Výzkum byl proveden na třech náhodně vybraných školách v Pardubicích (jedna ZŠ a dvě SŠ). Dotazníky byly anonymní a všem účastníkům výzkumného šetření byly spolu s instrukcemi předány osobně výzkumníkem. Stejným způsobem byly po vyplnění všechny dotazníky vybrány. Výzkumné šetření se zaměřilo na děti a mladistvé ve věku 12 až 18 let. V tomto věkovém rozmezí se dotazníkového šetření účastnilo 229 osob, což je i celkový počet respondentů. Jako výzkumný vzorek lze tedy označit 229 respondentů ve věku 12 až 18 let. Z celkového počtu respondentů bylo 127 dívek (55%) a 102 chlapců (45%), což je znázorněno v Grafu 1.

Graf 1: Pohlaví respondentů



Co se týče věkového rozdělení, nejvíce respondentů bylo ve věku 16 let (51), poté 13 let (37), 14 a 15 let (obojí 35), 17 let (33), 18 let (25) a nejméně zúčastněných bylo ve věku 12 let (13). Věkové rozdělení znázorňuje Tabulka 1.

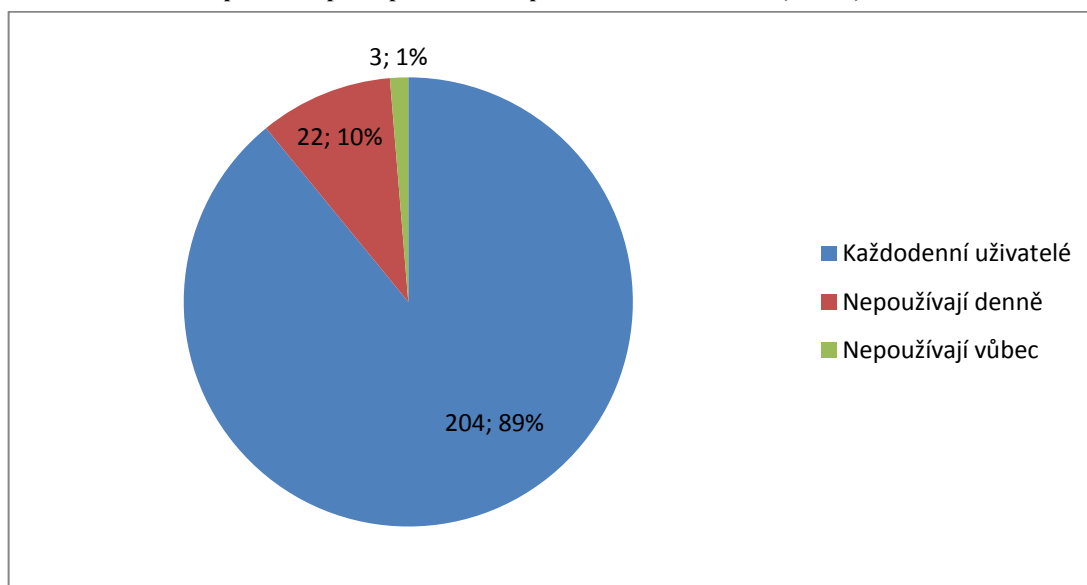
Tabulka 2: Rozdělení respondentů podle věku

Věk	Chlapci	Dívky	Celkem (%)
12 let	7	6	13 (5,7 %)
13 let	22	15	37 (16,2 %)
14 let	17	18	35 (15,3 %)
15 let	17	18	35 (15,3 %)
16 let	22	29	51 (22,3 %)
17 let	9	24	33 (14,4 %)
18 let	8	17	25 (10,9 %)

4.4. Výsledky výzkumu

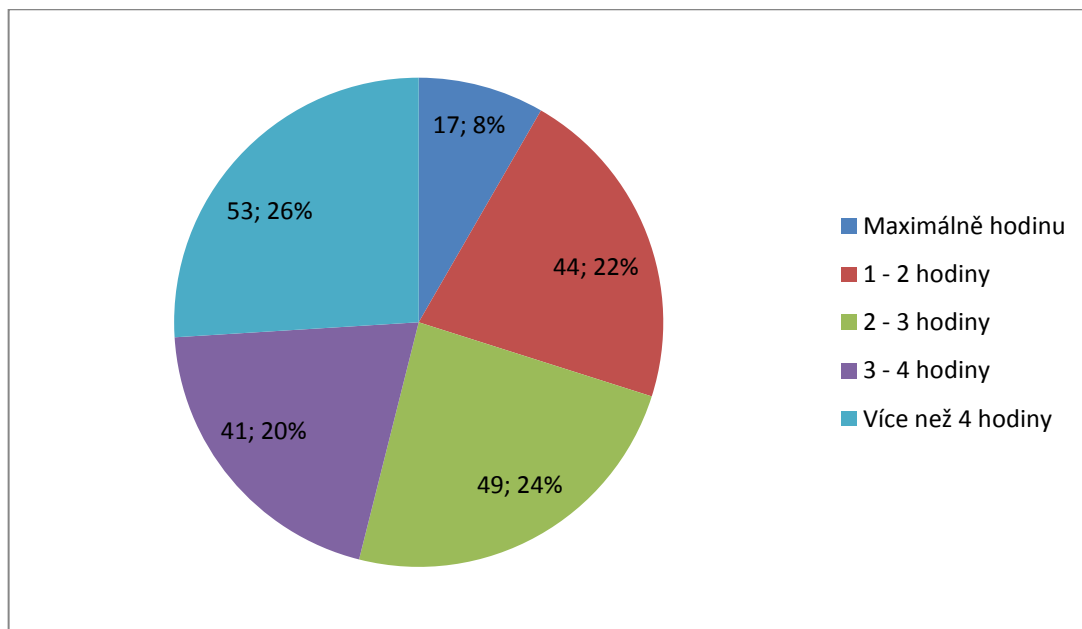
V následující části kapitoly budou představeny výsledky dotazníkového šetření. Ty nebudou popisovány podle pořadí otázek, tak jak šly v dotazníku za sebou, nýbrž zejména podle předem stanovených hypotéz. Mimo hypotézy budou zveřejněna jen zjištění překvapivá, nebo jinak zajímavá.

Graf 2: Rozdělení respondentů podle pravidelnosti používání sociálních sítí (N=229)



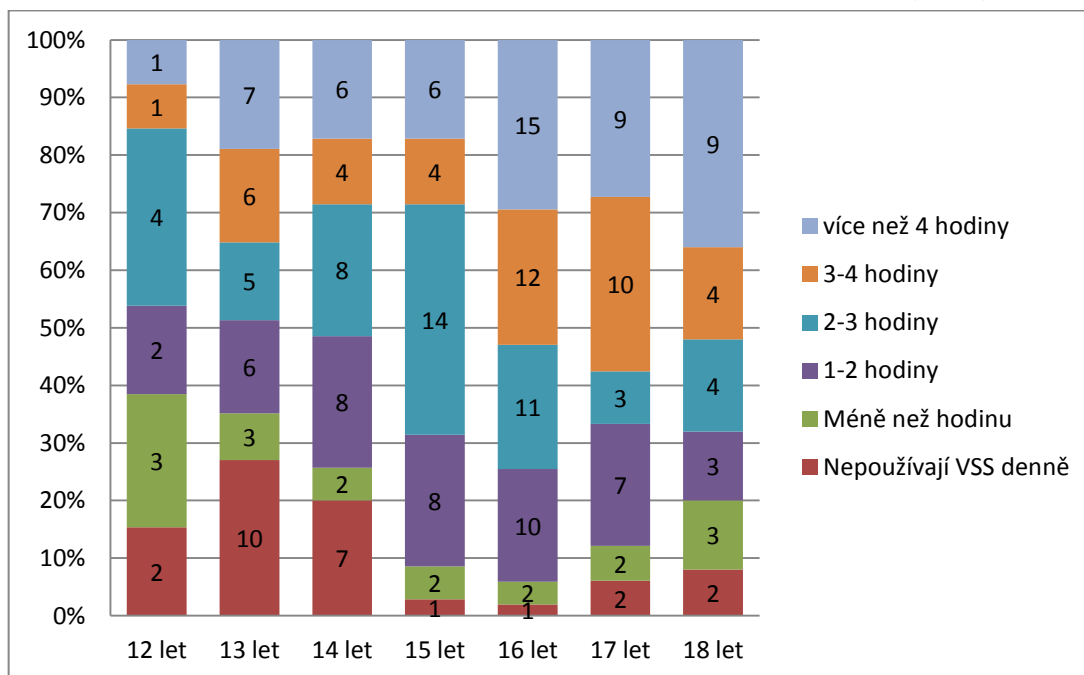
Z dotazníkových otázek číslo 5 a 6 bylo možné dojít k výsledkům v Grafu 2. Z 229 respondentů, kteří odpovídali na otázky, jich 204 (89 %) používá sociální sítě každý den, zatímco 22 (10 %) je používá méně. Jen pouzí 3 respondenti (1 %) uvedli, že sociální sítě vůbec nepoužívají.

Graf 3: Denní frekvence trávení času na sociálních sítích (N=204)



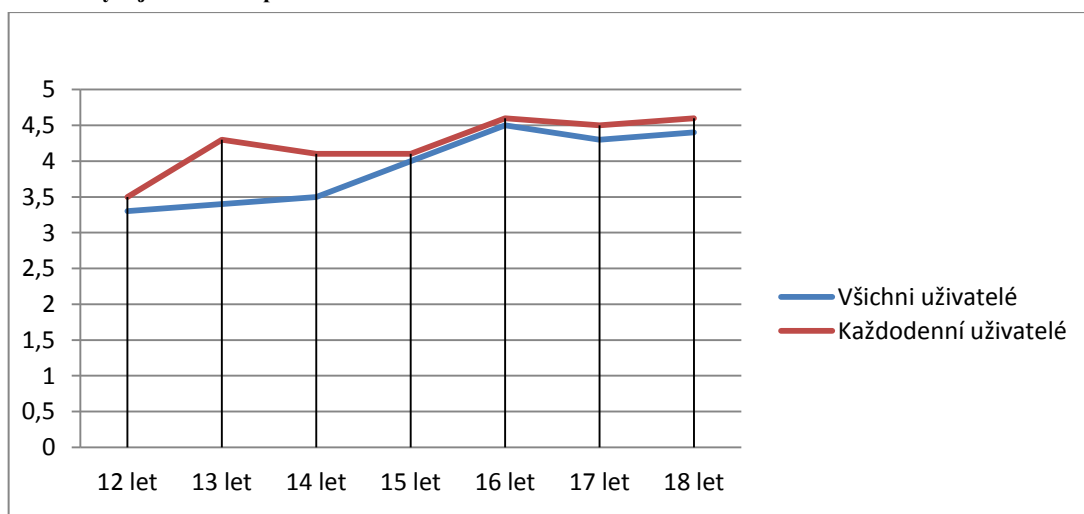
V Grafu 3 je znázorněno, kolik času tráví respondenti na sociálních sítích denně. Jelikož 25 (11 %) respondentů tyto sítě nevyužívá denně nebo je nevyužívá vůbec, byla data použita od majoritních 204 (89 %) respondentů. Z těchto každodenních uživatelů jich více než čtvrtina (53; 26 %) používá sociální sítě více než 4 hodiny denně, což byla zároveň i nejčastější odpověď u každodenních uživatelů. Z celkového vzorku 229 respondentů je to necelá čtvrtina (23%), což poukazuje na to, u jakého počtu mladistvých jsou sociální sítě takřka nedílnou součástí života.

Graf 4: Rozdělení každodenních uživatelů dle věku a frekvence používání sociálních sítí (N=204)



Graf 4 rozděluje každodenní uživatele podle věku a ukazuje, kolik času nejvíce tráví respondenti v jednotlivých věkových kategoriích. Zde je například vidět, že v největší míře jsou více než 4 hodiny připojeni 18ti letí, zatímco nejméně je po takovou dobu užívají respondenti z opačného konce věkového spektra – 12ti letí. Avšak Graf 4 má spíše informativní charakter a nedá se z něj vyčíst, zda se věk odráží na používání sociálních sítí u dospívajících uživatelů. V tomto ohledu je mnohem užitečnější Graf 5, který přímo znázorňuje vývojovou křivku.

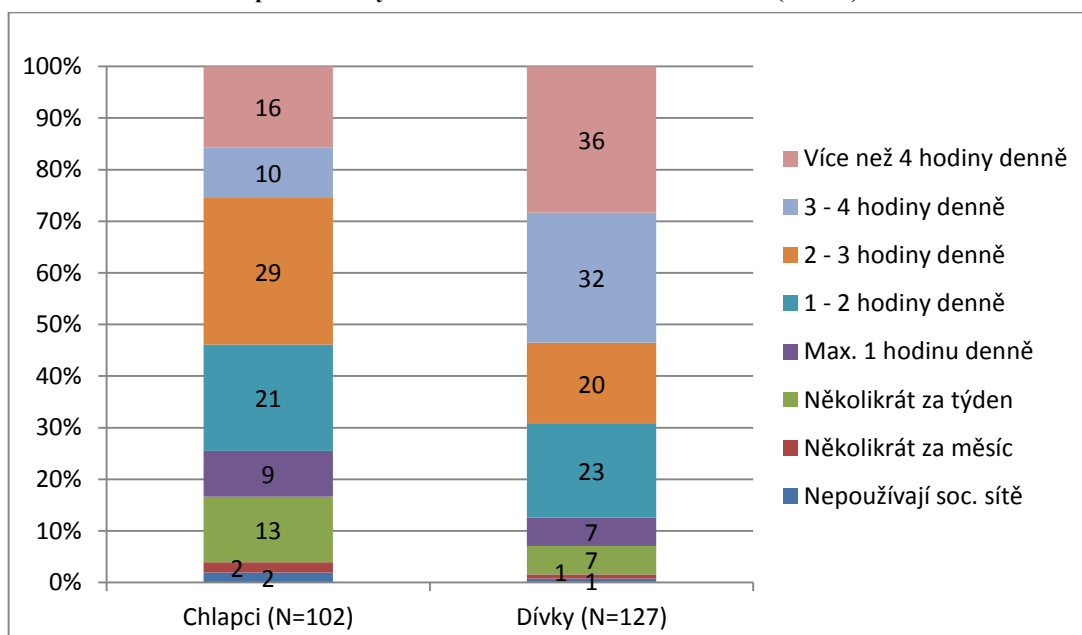
Graf 5: Vývojová křivka používání sociálních sítí dle věku



Z křivek znázorněných v Grafu 5¹⁰ lze zjistit, jak se vyvíjí používání sociálních sítí s věkem respondentů. Těchto výsledků se v dotazníku týkaly otázky 2, 5 a 6. Pokud zahrneme všechny uživatele, tedy N=226, zjistíme, že se čas strávený na sociálních sítích zvyšuje až do 16 let, kdy dosahuje vrcholu, nicméně kolem sedmnáctého a osmnáctého roku nejsou hodnoty nijak radikálně odlišné a dalo by se hovořit o stagnaci vývoje. U každodenních uživatelů, tedy N=204 je situace trochu jiná. Třináctiletí denní uživatelé se zdají být poněkud aktivnější, nežli jejich čtrnácti- a patnáctiletí „soukmenovci“, kteří jsou na stejné úrovni. S šestnáctým rokem se však opakuje situace, jaká byla se všemi uživateli. Se sedmnáctým rokem opět aktivita mírně klesá, ale v osmnácti se vrací zpět na úroveň šestnáctiletých. Znovu je zde možné mluvit o jisté stagnaci vývoje.

Následující graf (Graf 6) srovnává chlapce a dívky podle frekvence užívání sociálních sítí. Informací s grafem spojených se v dotazníku týkaly otázky 1, 5 a 6. Je zde znát větší podíl každodenních uživatelů než těch, kteří sociální sítě denně nepoužívají jak u chlapců, tak u dívek. U dívek je však tento podíl o 10 % větší. Chlapci sociální sítě používají denně v 83 % případů (85 ze 102), kdežto dívky v 93 % případů (111 ze 127).

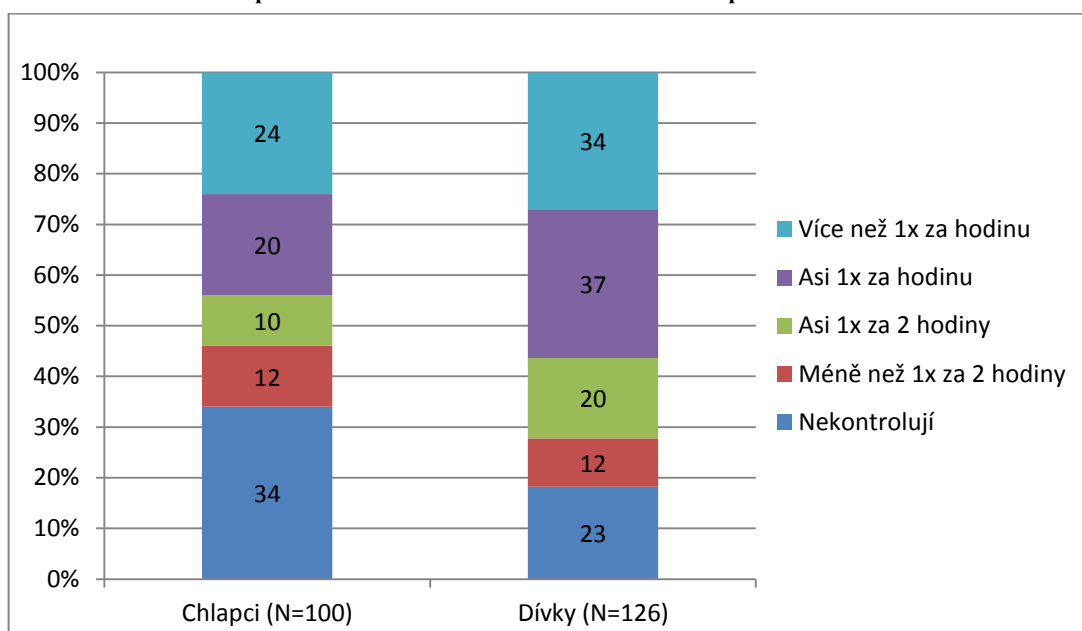
Graf 6: Rozdíl mezi chlapci a děvčaty v čase stráveném na sociálních sítích (N=229)



¹⁰ Je nutné upozornit, že hodnoty, které jsou na ose y v Grafu 5 uvedeny, nepředstavují žádnou reálnou veličinu. Nejedná se tedy o hodiny strávené na sociálních sítích denně, nýbrž o hodnoty vypočítané pouze k účelu znázornění vývoje používání sociálních sítí. Tabulka s výpočtem hodnot v Grafu 5 se i s postupem výpočtu nachází v přílohách (příloha B).

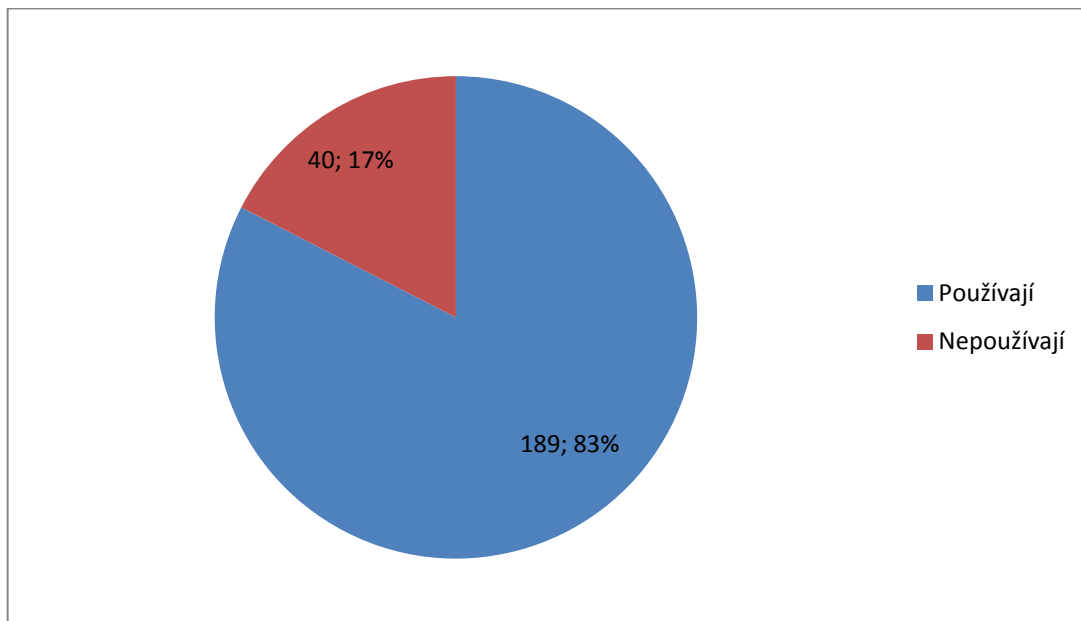
Stejně tak je nutné poukázat na to, že téměř 30 % všech dívek používá sociální sítě více než 4 hodiny denně. Více než 3 hodiny denně je využívá přes polovinu (53,5 %). Naproti tomu u chlapců je takto často využívá pouze 26 % respondentů. Chlapci se nejvíce zdržují na sociálních sítích 2 – 3 hodiny denně a to z 27 %.

Graf 7: Rozdíl mezi chlapci a dívkami v četnosti kontrolování VSS ve společnosti



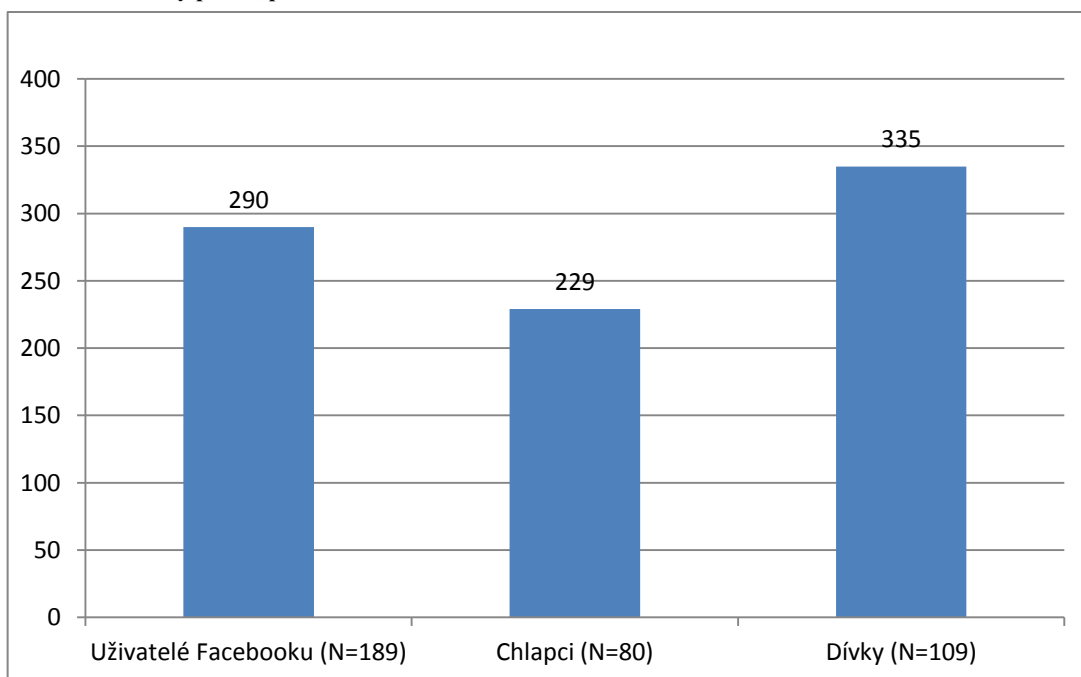
V Grafu 7 je znázorněn rozdíl v četnosti kontrolování sociálních sítí v přítomnosti kamarádů nebo rodiny. Na to se v dotazníku ptala otázka 8. Z celkového počtu bylo nutné vyřadit tři respondenty, vzhledem k tomu, že nepoužívají sociální sítě. U dívek je opět vidět přesila ohledně kontrolování dění na sítích ve společnosti a to v 82 % případů (103 ze 126), zatímco chlapci se bez tohoto dění neobejdou v 66 % případů (66 ze 100). Zajímavé je, že 56 % (71 ze 126) dívek musí sociální sítě zkontrolovat alespoň jednou za hodinu nebo častěji. Nelze však říci, že by chlapci byli v tomto případě vůči společnosti kamarádů nebo rodiny o mnoho ohleduplnější. 44 % procent (44 ze 100) jich sítě kontroluje alespoň jednou za hodinu nebo více.

Graf 8: Používání Facebooku (N=229)



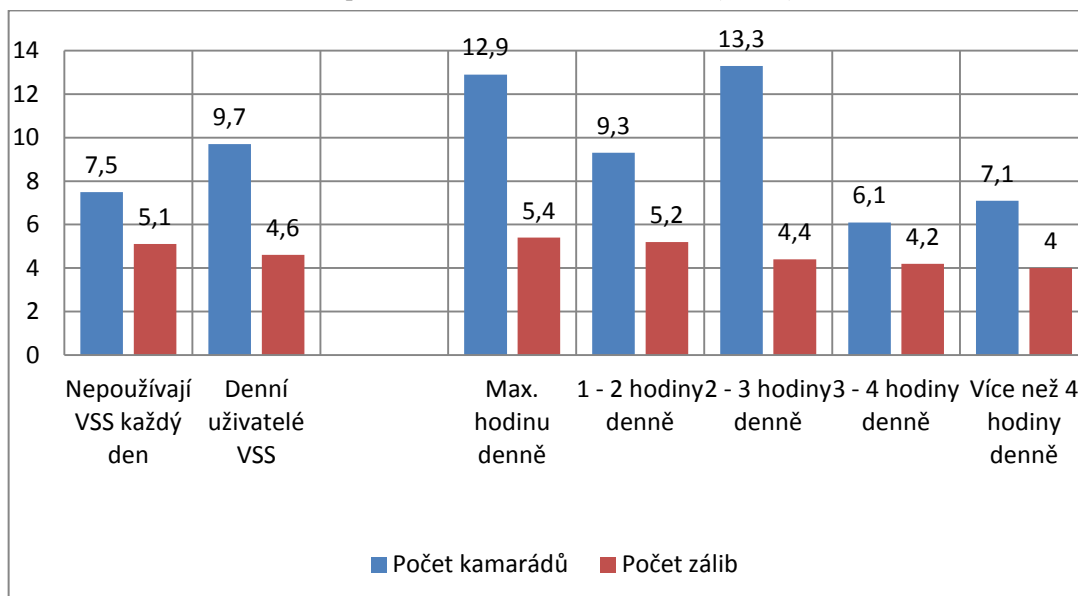
Z Grafu 8 můžeme vyčíst, že více než čtyři pětiny všech respondentů (189; 83 %) využívá Facebook, což v dotazníku řešila otázka číslo 4.

Graf 9: Průměrný počet „přátel“ na Facebooku



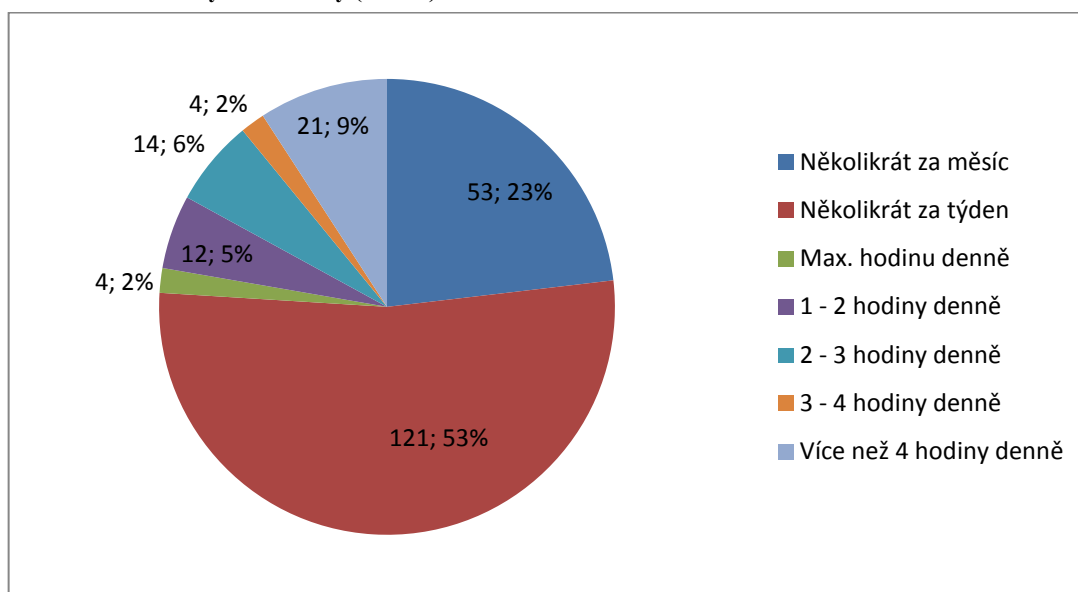
Graf 9 znázorňuje průměrný počet facebookových „přátel“ jak všech respondentů používajících Facebook, tak i zvláště chlapců a dívek. Je zřetelné, že dotazované dívky jsou ohledně počtu „přátelství“ o dost před chlapci a to o celých 106 přátel.

Graf 10: Počet kamarádů a zálib podle času stráveného na soc. sítích (N=229)



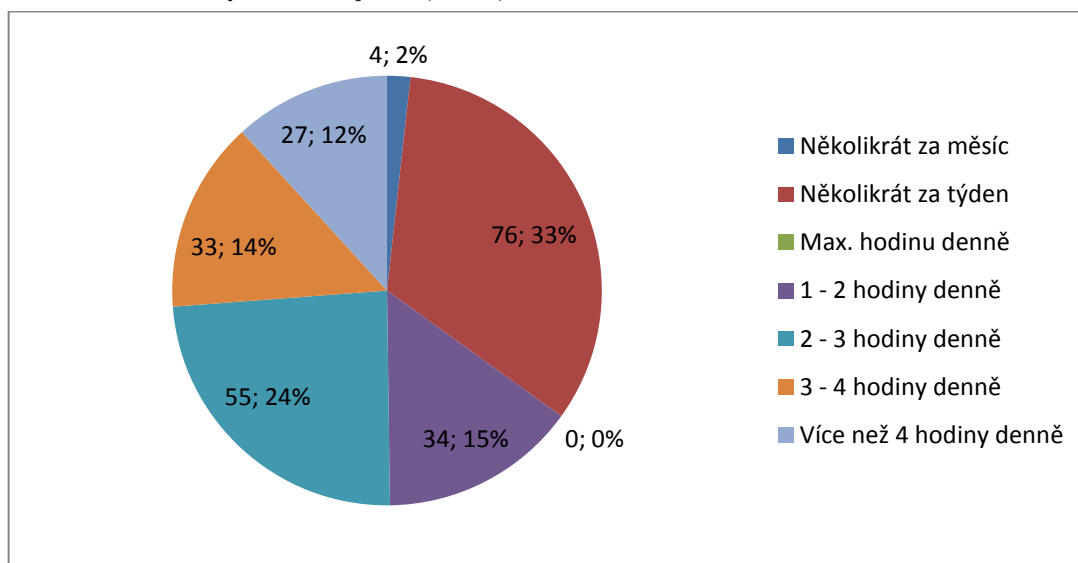
V Grafu č. 10 je možné vidět, jak se projevuje čas strávený na sociálních sítích v počtu kamarádů a zálib u respondentů. V dotazníku se toho týkaly otázky 11 a 14. Respondenti, co používají sociální sítě denně, uváděli průměrně více dobrých kamarádů, nežli ti, co sociální sítě denně nepoužívají, což může být překvapivé. Na druhou stranu, s rostoucím denním užíváním sociálních sítí zároveň klesá počet zálib, kdy se z průměrných 5,4 záliby u těch, co užívají sociální sítě denně, stanou postupně pouhé 4 záliby u uživatelů, kteří na nich stráví více než 4 hodiny denně. Celkově mají každodenní uživatelé průměrně o 0,5 zálib méně, než ti, co na sítích netráví čas každý den.

Graf 11: Čas trávený s kamarády (N=229)



Z otázek číslo 5, 6, 12,13, 15 a 16 bylo možné dojít k výsledkům, které jsou vyjádřeny v Grafech 11, 12 a 13. Z těch můžeme vyčíst, kolik času tráví děti a mladiství s kamarády a kolik ho tráví jejich zálibami. Je celkem nešťastné, že pouhých 55 respondentů (24 %) tráví s přáteli čas denně, navíc když z Grafu 2 (str. 40) víme, že na sociálních sítích jich je dennodenně připojeno téměř čtyřikrát více (204; 89 %). Se zálibami a zájmy jsou na tom dospívající o poznání lépe. 149 (65 %) tráví svými zálibami čas denně, z toho nejčastěji 2 – 3 hodiny (55; 24 %). V porovnání s časem na sociálních sítích to však pořád ještě nestačí, nicméně je dobře, že většina mladých alespoň na nějakou dobu denně odejde od sociálních sítí a věnuje se něčemu jinému. Jedním z důvodů, proč mladí tráví nejvíce času online, poté zálibami a až na třetím místě s kamarády může být to, že s kamarády mohou bez problémů komunikovat právě přes sociální sítě, a nemají tudíž takovou potřebu s nimi trávit čas osobně. Zálibám se většinou člověk musí věnovat bez připojení, a proto se tato data mohou tak lišit.

Graf 12: Čas věnovaný zálibám/zájům (N=229)

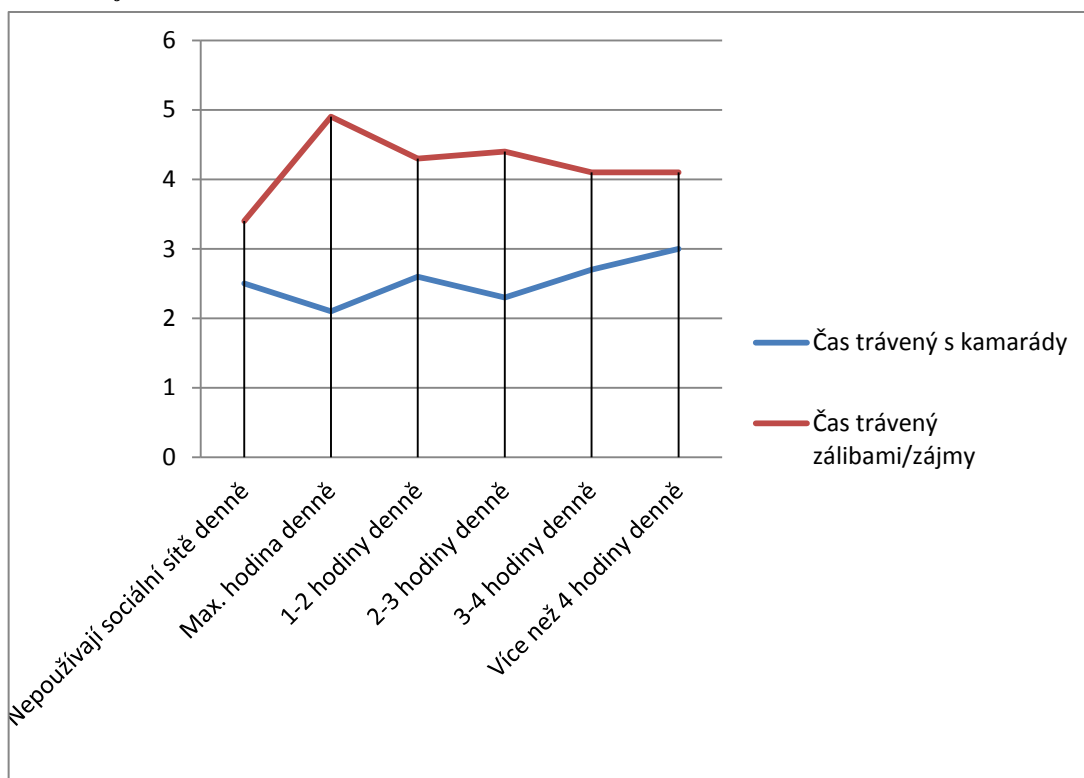


Graf 13¹¹ ukazuje, jak se vyvíjí trávení času s kamarády a věnování času zálibám s rostoucím časem stráveným na sociálních sítích. Celkem překvapivé je zjištění, že nejméně času tráví zálibami ti, kteří netráví na sociálních sítích každý den. Tato hodnota je nejvyšší u respondentů používajících sociální sítě maximálně hodinu denně,

¹¹ Stejně jako u Grafu 5, hodnoty, které jsou v Grafu 13 na ose y uvedeny, nepředstavují žádnou reálnou veličinu. Nejedná se tedy o hodiny strávené denně s kamarády nebo denní čas věnovaný zálibám/zájům, nýbrž o hodnoty vypočítané pouze k účelu znázornění vývoje tráveného času. Tabulka s výpočtem hodnot v Grafu 13 se i s postupem výpočtu nachází v přílohách (příloha C).

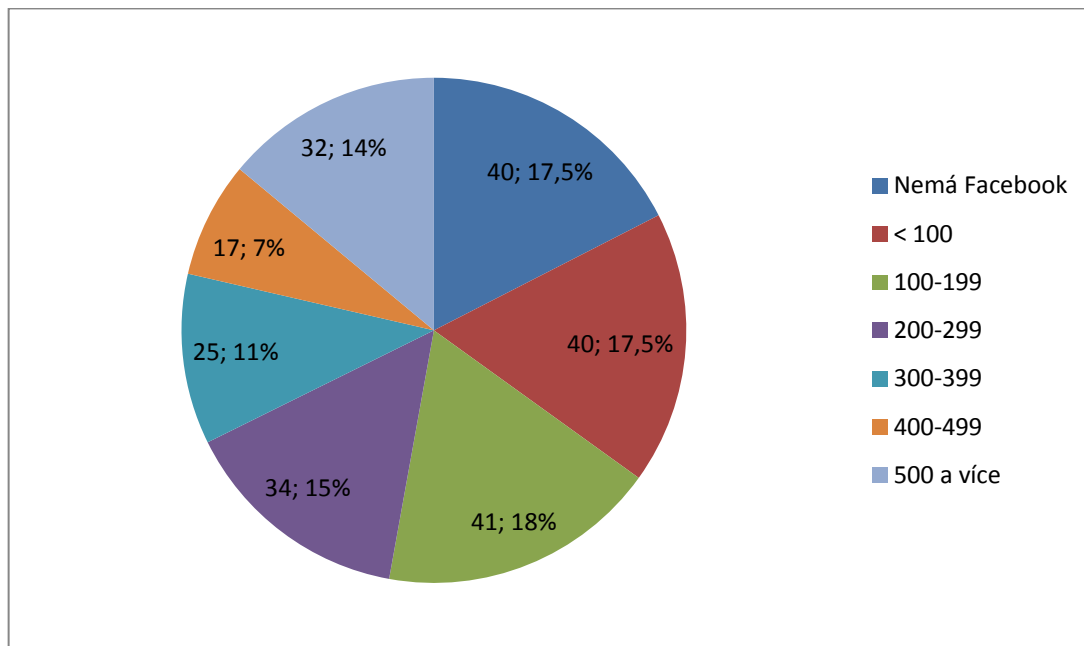
a celkově klesá s rostoucím časem tráveným na sítích, i když u 2 – 3 hodin denně je mírné zvýšení oproti 1 – 2 hodinám denně, u 3 – 4 hodin hodnota opět klesá a u 4 a více hodin stagnuje. Naproti tomu u času tráveného s kamarády se křivka podobá horské dráze. Je evidentní, že celkem tráví respondenti méně času s kamarády, než vlastními zájmy. Nicméně celkově se s vyšším časem tráveným na sociálních sítích zvyšují hodnoty u času tráveného s kamarády, což je poněkud překvapivé. Nejvyšších hodnot u času s kamarády dosahují ti, kteří na sítích tráví více než 4 hodiny denně, nejmenších ti, co jsou na nich maximálně hodinu denně – ti se nejvíce zaměřují na své zájmy a záliby.

Graf 13: Vliv času stráveného na sociálních sítích na čas strávený s kamarády a čas věnovaný zálibám/zájmy

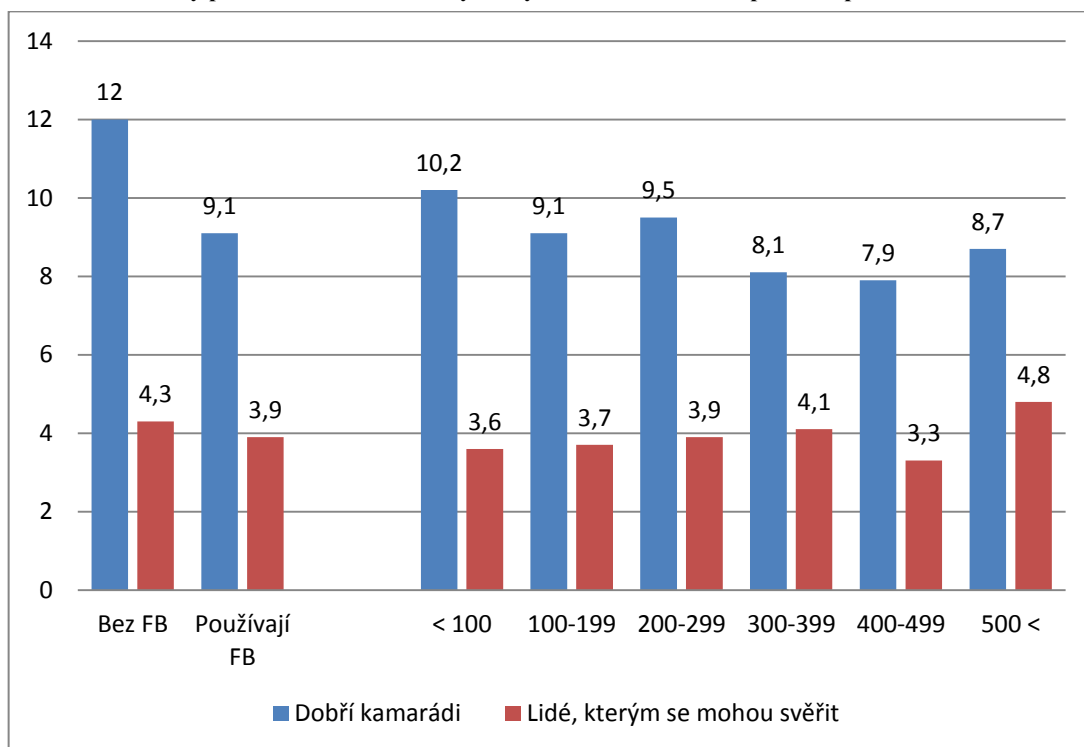


Jak bylo možné vyčíst z Grafu 8, Facebook využívá 189 (82 %) z celkového počtu 229 respondentů. To znamená, že 84 % respondentů, co používají sociální sítě (N=226), mají na Facebooku účet. Z Grafu 14 vyčteme, že nejpočetnější skupinou, co do počtu „přátel“ na Facebooku, jsou ti, kteří mají 100 – 199 přátel. Ti tvoří 18 % celkového počtu respondentů (41) a jsou o pouhého jednoho dospívajícího před těmi, co Facebook nepoužívají a těmi, co mají méně než 100 „přátel“ (obojí 40; 17,5 %). Tím se v dotazníku zabývala otázka číslo 10.

Graf 14: Rozdělení respondentů podle počtu „přátel“ na Facebooku (N=229)



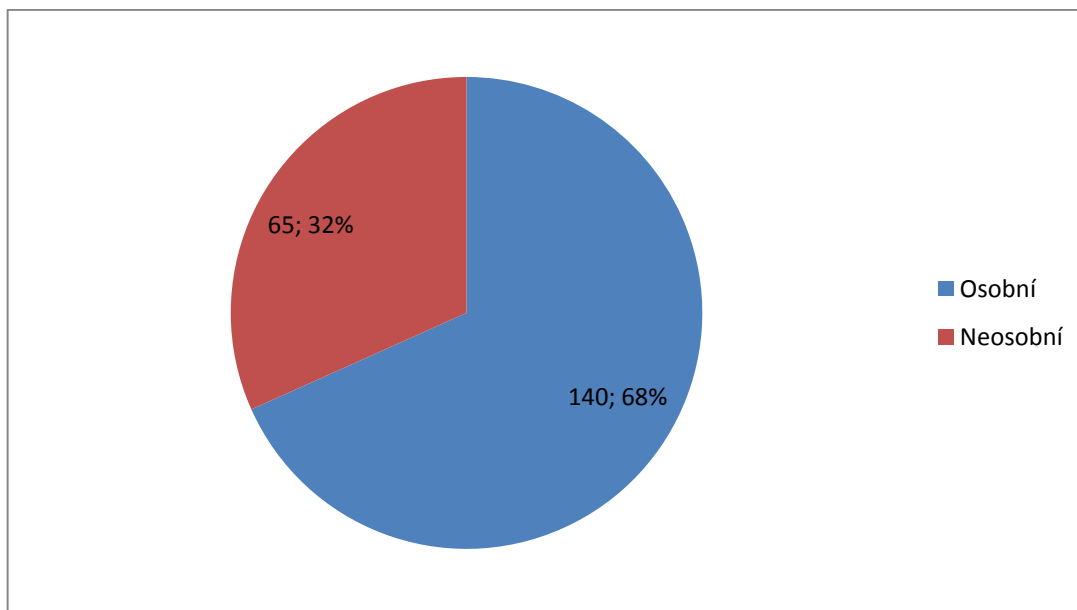
Graf 15: Průměrný počet kamarádů a důvěryhodných lidí v souvislosti s počtem "přátel" na Facebooku



V Grafu 15 názorně vidíme, rozdíl v počtu kamarádů a důvěryhodných osob podle počtu „přátel“ na Facebooku. Ti, co Facebook nepoužívají, mají v průměru téměř o 3 kamarády víc, a mají ve svém okolí průměrně i více osob, kterým se mohou svěřit. Mezi počty „přátel“ na Facebooku se počet důvěryhodných osob příliš nemění, i když ti, co mají více než 500 „přátel“, znají takových lidí nejvíce. Nejhůře je na tom skupina

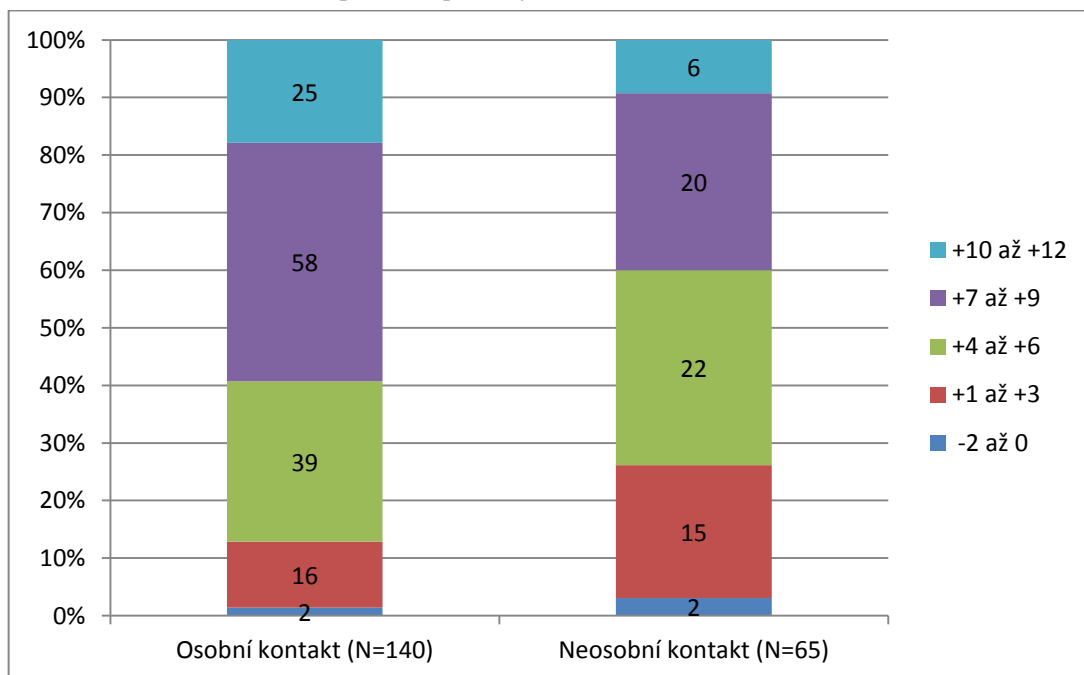
s 400 – 499 „přáteli“, kde mají respondenti v průměru nejméně dobrých kamarádů a zároveň se v jejich okolí pohybuje nejméně osob, kterým mohou věřit.

Graf 16: Rozdělení respondentů podle preference osobního nebo neosobního kontaktu (N=205)

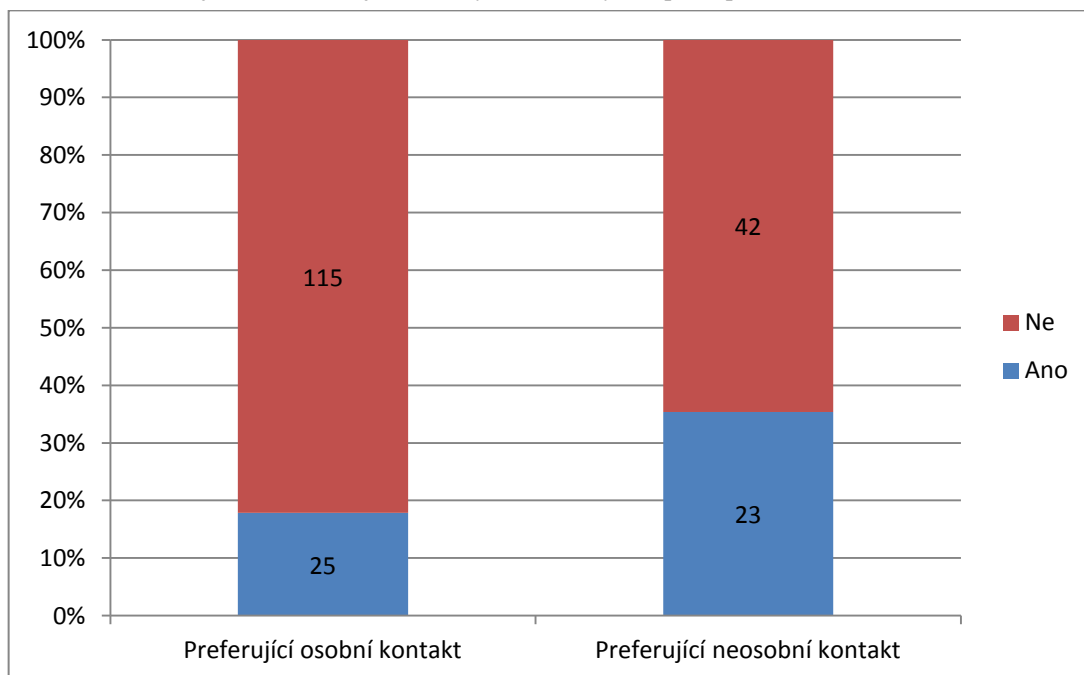


Graf 16 znázorňuje, kolik dospívajících respondentů preferuje osobní (tvář v tvář) nebo neosobní (textové zprávy, hovory) kontakt při komunikaci s druhými lidmi. Tato informace se zakládá na dvou otázkách z dotazníku, a to otázkách č. 18 a 19. Z grafu jde jednoduše poznat, že většina (140; 68 %) dětí a mladistvých ve věku 12 až 18 let preferuje komunikaci tvář v tvář. K vyhodnocení této otázky nemohly být použity odpovědi všech respondentů, z důvodu nemožnosti vyhodnocení. Proto jsou data vyhodnocena od 205 respondentů, kteří tvoří 90 % veškerých tázaných. Graf 17 znázorňuje, jak dospívající hodnotí celkově své vztahy s ostatními. Na to byla použita škála v rámci otázky 20, kdy respondenti měli ohodnotit vztahy s rodiči, příbuznými, sourozenci, kamarády, spolužáky a učiteli od +2 (výborné) po -2 (špatné). Jednotlivá ohodnocení byla sečtena, z čehož vyšel výsledek, který se mohl pohybovat mezi +12 a -12. Nejnižší výsledek byl -2. Graf 17 je dále rozdělen podle preferencí kontaktu. Zatímco 59 % respondentů preferujících osobní kontakt hodnotilo své vztahy celkem +7 a lépe, u dospívajících preferujících kontakt neosobní to bylo pouhých 40 %. U nich převládalo hodnocení +4 až +6. Na základě jednotlivých hodnocení byl vypočítán aritmetický průměr, díky němuž bylo zjištěno, že respondenti preferující osobní kontakt hodnotili své vztahy v průměru celkově +7, kdežto ti preferující kontakt přes zprávy, nebo telefonní hovory měli průměr pouhých +5,6.

Graf 17: Hodnocení vztahů u respondentů preferujících osobní a neosobní kontakt



Graf 18: Cítíš se nejistě nebo nsvůj/nesvá, když nemáš celý den přístup na sociální sítě?

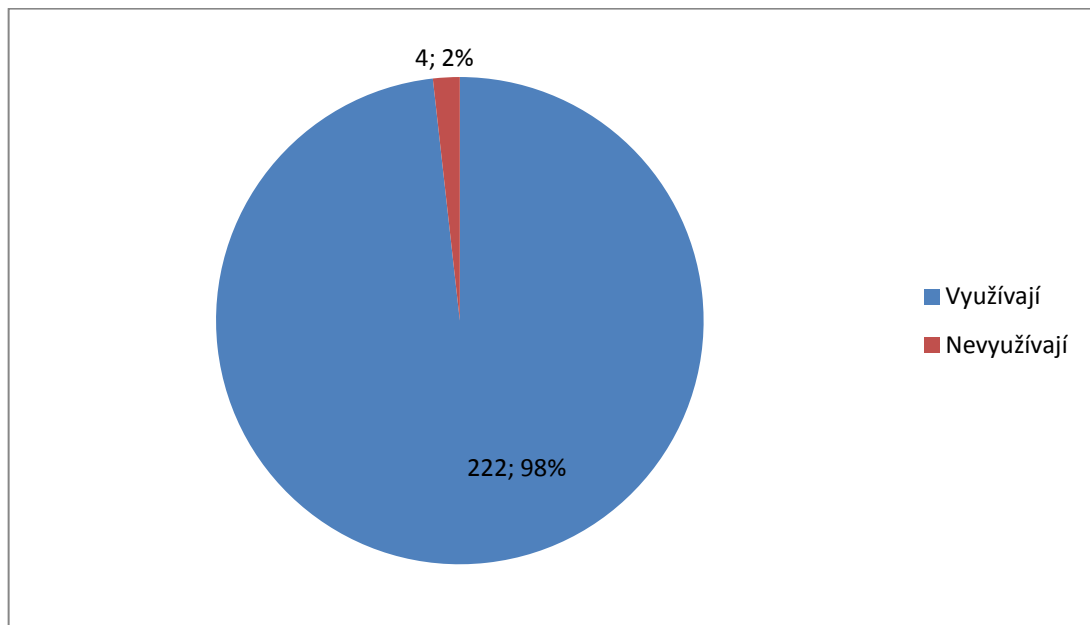


V dotazníku se otázka 9 ptala respondentů na to, zda se cítí nsvůj, když nemají celý den přístup na sociální sítě. Odpovědi byly rozděleny v rámci hypotézy 5 na ty, co preferují osobní a neosobní vztahy. Z grafu 18 lze vyčíst výsledky. 35 % respondentů, kteří preferují neosobní kontakt, zažívá negativní pocit, když nemají přístup na sociální sítě, zatímco u dospívajících, preferujících kontakt tváří v tvář, je tomu tak pouze u 18 %. Lze z toho vyvodit, že preferování osobního kontaktu může souviset i s větší

pohodou, když zrovna dospívající nemá přístup na sociální síť. Sociální síť totiž podporují kontakt neosobní a tak je celkem pochopitelně, že ti, co preferují tuto formu komunikace, mají častěji negativní pocity, když právě nemohou kontrolovat, co se děje v prostředí sociálních sítí.

Poslední graf (Graf 19) je v dotazníku spojen s otázkou 7, která se ptala na to, zda děti a mladiství používají k připojení na sociální síť mobilní telefon, nebo tablet. Výsledky hovoří samy za sebe. 98 % respondentů (222) využívá tablet nebo mobilní telefon k připojení na sociální síť, zatímco pouhá 2 % respondentů (4) tak nečiní. 3 respondenti museli být vynecháni, jelikož sociální síť nepoužívají.

Graf 19: Využívání mobilních telefonů nebo tabletů k připojení na sociální síť (N=226)



4.5. Vyhodnocení výsledků

V poslední části kapitoly se bude práce zaměřovat na vyhodnocení výsledků, potvrzení nebo vyvrácení hypotéz a porovnání výsledků s výzkumy, na jejichž základě byly hypotézy zvoleny.

Hypotéza 1: *U dospívajících vzrůstá s věkem i průměrný čas, který stráví na sociálních sítích.* Tato hypotéza je založena na předpokladu, že čím více je dítěti nebo mladistvému let, tím je na sociálních sítích častěji. Hypotéza 1 se nepotvrdila, jelikož nejvíce ze všech uživatelů sociálních sítí je využívají šestnáctiletí. Poté vývojová křivka lehce kolísá.

Hypotéza 2: *Dívky jsou na sociálních sítích aktivnější než chlapci.* Tato hypotéza sestávala ze tří částí. První část: *dívky tráví na sociálních sítích více času.* Dívky opravdu používají sociální sítě častěji, nežli chlapci, kteří je denně navštěvují v 83 % případů, kdežto děvčata v celých 93 %. Navíc, více jak polovina dívek (68; 54 %) používá sociální sítě více než tři hodiny denně, což u chlapců je pouze čtvrtina (26; 25 %). Druhá část: *dívky mají více „přátel“ na Facebooku.* To se potvrdilo i tentokrát. Z výsledků výzkumného šetření vychází, že dívky mají v průměru o 106 „přátel“ více než chlapci. Třetí část: *dívky kontrolují dění na sociálních sítích ve větší míře, než chlapci.* Z výsledků vychází, že 84 % dívek sociální sítě kontroluje i v přítomnosti rodiny a kamarádů, zato u chlapců je to pouze 66 %. Navíc 58 % dívek je kontroluje alespoň jednou za hodinu, kdežto toto činí jen ve 44 % případů. Z výsledků je tedy znát, že dívky jsou opravdu celkově aktivnější, co se týče sociálních sítí, a proto je hypotéza 2 potvrzena.

Hypotéza 3: *Čas trávený na sociálních sítích ovlivňuje u dospívajících čas trávený zálibami a zájmy a čas trávený s kamarády.* Bylo zjištěno, že čím více děti a dospívající tráví čas na sociálních sítích, tím méně se věnují jiným aktivitám. Trochu ošemetná data vyšla při vztahu s časem tráveným s kamarády. Tam totiž křivka zaznamenala nepravidelně stoupající tendenci se stoupajícím časem tráveným na sociálních sítích, což nebylo předpokládáno. Hypotéza se tedy nepotvrdila.

Hypotéza 4: *Množství „přátel“ na Facebooku nemá u dospívajících výrazný vliv na množství blízkých osob.* Z výsledků výzkumného šetření nebyl prokázán žádný vliv počtu online „přátel“ na množství dobrých kamarádů, ani osob, kterým se mohou dospívající svěřit. Hypotéza 4 tedy byla potvrzena.

Hypotéza 5: *Dospívající, kteří preferují osobní kontakt s druhými, celkově lépe hodnotí své vztahy a bývají méně nesví při absenci sociálních sítí.* Hypotéza byla rozdělena do dvou částí. První část: *Ti, kteří preferují osobní kontakt s druhými, hodnotí lépe své vztahy.* Toto tvrzení se potvrdilo. Ti, kteří raději komunikují tváří v tvář (140; 68 %), hodnotí celkově své vztahy průměrně +7 (na škále od -12 po + 12), kdežto hodnocení u těch, co preferují neosobní kontakt (65; 32 %) bylo v průměru +5,6. Druhá část hypotézy: *To, kteří preferují osobní kontakt, bývají méně nesví při absenci sociálních sítí.* Toto potvrzení se opět potvrdilo. 35 % (23 z 65) respondentů, kteří preferují neosobní kontakt, zažívá negativní pocit, když nemají přístup na sociální sítě, zatímco u dospívajících, preferujících kontakt tváří v tvář, je tomu tak pouze u 18 % (25 ze 115). Celkově se tedy hypotéza 5 potvrdila.

Potvrzené hypotézy

- Hypotéza 2
- Hypotéza 4
- Hypotéza 5

Vyvrácené hypotézy

- Hypotéza 1
- Hypotéza 3

4.6. Diskuze

I v dnešní době možná překvapí, že téměř všichni tázaní dospívající (226; 99 %) používají sociální sítě alespoň několikrát za měsíc, což je mnohem více, než je český národní průměr. Ten byl zveřejněn v rámci celosvětového průzkumu v roce 2018 na webu We Are Social (2018, online). Ze všech těchto respondentů jich 222 (98 %) používá k připojení mobilní telefon, nebo tablet, což opět velice převyšuje celorepublikový průměr, který činí v tomto ohledu 71 % (We Are Social, 2018, online).

Je tedy jistě na místě, začít se více zabývat dopady a vedlejšími účinky tohoto masového užívání nejen tzv. „obrazovkových technologií“, ale i sociálních médií tak, jak to činí například Manfred Spitzer ve svých knihách *Digitální demence* (2015) nebo *Kybernemoc!* (2016).

Hypotéza 1, která vycházela z dat telekomunikační společnosti Ofcom (2014, online) se nepotvrdila, což bylo celkem překvapivé. Nicméně Ofcom zkoumal více respondentů a v jiném státě (ve Velké Británii), takže se u výsledků mohly projevit demografické odlišnosti. Navíc Ofcom zkoumal děti pouze do 15 let.

V hypotéze 2 se potvrdily rovnou dva dříve provedené výzkumy. Výzkum Francise McAndrewa (2012, online), který se zaměřoval na dospělé uživatele sociálních sítí ve věku 18 – 79, kdy respondenti (N=1 026) odpovídali na otázky typu „Kolik času trávíte na sociálních sítích?“ nebo „Kolik máte přátel na Facebooku?“. Ačkoliv se zabýval již dospělými lidmi, výsledek jeho výzkumu je stejný jako výzkum provedený v rámci této práce. Ženy (resp. dívky) tráví více času na sociálních sítích a mají na nich více „přátel“ než muži (resp. chlapani). Druhý výzkum provedla společnost Flashgap (CNBC, 2015, online). Zveřejnila, že dívky kontrolují sociální sítě častěji, než chlapani, což potvrdilo i výzkumné šetření v této práci.

Data z hypotézy 3 se dají srovnávat s výzkumem provedeným v roce 2009 Aricem Sigmanem. Ten zjistil, že čím více času člověk tráví na sociálních sítích, tím méně času

tráví s lidmi tváří v tvář. To však hypotéza 3 nepotvrdila, jelikož zřejmě došlo k položení nevyhovující otázky. Kdyby otázka 15 zněla „jak často trávíš čas se svými kamarády *osobně* mimo školu“, mohla být data průkaznější a přesnější. Takto vyšla zhruba stoupající tendence se stoupajícím časem stráveným na sociálních sítích, nicméně právě kvůli nepřesné otázce mohli brát respondenti v potaz i trávení času online.

Hypotéza 4 je vyvozena ze závěrů, které učinil profesor psychologie z Oxfordu Robin Dunbar v roce 2016 (online). Ten zkoumal odpovědi 3 375 osob a ptal se jich na počet „přátel“ na facebooku a zároveň na počet jejich reálných přátel a na počet lidí, kterým důvěřují. Jeho výsledek, tedy, že počet „přátel“ nemá vliv na počet blízkých osob, se v rámci bakalářské práce potvrdil. Avšak pokud se podíváme znovu na porovnání dětí, které mají a nemají účet na Facebooku, je jistě trochu zarážející zjištění, že ti, co Facebook nepoužívají, mají v průměru o 3 kamarády více, nežli ti, co Facebook používají. Je možné, že ti, kteří Facebook nepoužívají, jednoduše nespolehají tolik na sociální média, co se týče komunikace a mají tedy více reálných přátel, nežli ti, co s kamarády komunikují hlavně právě přes Facebook.

Pozitivní zjištění se u respondentů týká preferencí osobního kontaktu s ostatními lidmi před tím neosobním, což mohou být textové zprávy, hovory, nebo právě přes sociální sítě. I když se nejednalo o naprostou většinu, více než dvě třetiny dotázaných (68 %) stále raději komunikuje osobně, nežli na dálku. U této části výzkumu by byl jistě podnětný dlouhodobější sběr dat, aby bylo možné sledovat, zda se konverzace opravdu pomalu nepřesouvá do virtuálního světa a neopouští ten reálný, což je tématem knihy autorky Sherry Turkleové (2015), ze které vycházela i pátá hypotéza. Doufejme, že ne, jelikož jak i výzkum potvrzuje, osobní kontakt má pozitivní vliv na subjektivní hodnocení vztahů respondentů.

Závěr

Bakalářská práce se zabývala tématem sociálních sítí a jejich vlivu na sociální vazby dětí a mladistvých v reálném životě. Jejím účelem bylo poskytnout vhled do problematiky možných dopadů, rizik a vedlejších účinků používání nejen virtuálních sociálních sítí, ale i digitálních a obrazkových médií. Výzkumné šetření potvrzuje některé poznatky z teoretické části v praxi. Část výsledků je pozitivní, část již méně. Ačkoliv je veřejnost již vesměs obeznámena s pojmy jako je kyberšikana, kyberstalking a kybergrooming, o mnohých dalších rizicích nemá tušení. Alespoň rodiče by přitom měli být seznámeni se vším, co může jejich děti ovlivnit a adekvátně s těmito vědomostmi naložit. Snad tedy my, lidé, dostaneme rozum a začneme brát možné dopady sociálních sítí na jedince a jeho reálné vztahy vážně, jelikož tyto vztahy jsou základem pro společné soužití nejen rodičů a dětí, ale všech obyvatel na Zemi.

Malý rozsah bakalářské práce sice představuje jisté limity, i tak ale doufám, že někomu pomůže rozšířit obzory. Zároveň je mé zbožné přání, aby někoho mé téma zaujalo natolik, že by provedl širší a detailněji propracovanou studii, která by blíže rozkryla vztah mezi používáním sociálních sítí a sociálními vazbami dětí a mladistvých v České republice.

Seznam citovaných zdrojů

Literatura:

BLINKA, Lukáš. *Online závislosti*. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-7975-5.

BOYD, danah. *Je to složitější: sociální život teenagerů na sociálních sítích*. Praha: Akropolis, 2017. ISBN 978-80-7470-165-8.

COLLIN, Catherine. *Kniha psychologie*. Praha: Knižní klub, 2014. Universum (Knižní klub). ISBN 978-80-242-4316-0.

GOLEMAN, Daniel. *Pozornost: skrytá cesta k dokonalosti*. Brno: Jan Melvil, 2014. ISBN 978-80-87270-94-3.

GREENFIELD, Susan. *Změna myšlení: jak se mění naše mozky pod vlivem digitálních technologií*. Brno: BizBooks, 2016. ISBN 978-80-265-0450-4.

NAUMANN, Friedrich. *Dějiny informatiky: od abaku k internetu*. Praha: Academia, 2009. Galileo. ISBN 978-80-200-1730-7.

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. 4. vyd., aktualiz. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-908-8.

PALFREY, John a GASSER, Urs. *Born digital: Understanding the first generation of digital natives*. New York: Basic Books, 2008. ISBN 978-0-465-00515-4.

PRAŠKO, Ján. *Poruchy osobnosti*. 2. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-558-5.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. 6., rev. a dopl. vyd. 2. Praha: Grada, 2010. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3133-9.

SPITZER, Manfred. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014. ISBN 978-80-7294-872-7.

SPITZER, Manfred. *Kybernemoc!: jak nám digitalizovaný život ničí zdraví*. Brno: Host, 2016. ISBN 978-80-7491-792-9.

ŠEVČÍKOVÁ, Anna. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-7527-6.

ŠMAHAJ, Jan a ZIELINA, Martin, ed. *Úvod do kyberpsychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. ISBN 978-80-244-4514-4.

TURKLE, Sherry. *Alone together: why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books, 2011. ISBN 978-0-465-02234-2.

TURKLE, Sherry. *Reclaiming conversation: the power of talk in a digital age*. New York: Penguin Press, 2015. ISBN 978-1-101-61739-7.

URBAN, Lukáš. *Sociologie: klíčová témata a pojmy*. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-247-5774-2.

VELIKOVSKÁ, Martina. *Psychologie obětí trestných činů*. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4849-8.

VERNY, Thomas a WEINTRAUB, Pamela. *Nurturing the unborn child: a nine-month program for soothing, stimulating, and communicating with your baby*. Chicago: Olmstead Press, 2000. ISBN 978-158-7541-049.

Příspěvky ve sborníku:

CASSIDY-BUSHROW, Andrea E., JOHNSON, Dayna A., PETERS, Rosalind M., BURMEISTER, Charlotte a JOSEPH Christine L. M. Time Spent on the Internet and Adolescent Blood Pressure. In: *The Journal of School Nursing*. Londýn: Sage Publishing, 2015, s. 374-384. ISSN 1059-8405.

FERNÁNDEZ-MONTERO, Alejandro, OLMO-JIMENEZ, José Miguel, et al. The impact of computer use in myopia progression: A cohort study in Spain. In: *Preventive Medicine*. Elsevier, 2015, s. 67-71. ISSN: 0091-7435

GEORGE, Mary G., TONG, Xin a BOWMAN, Barbara A. Prevalence of Cardiovascular Risk Factors and Strokes in Younger Adults. In: *JAMA Neurology*. American Medical Association, 2017, s. 695-703. ISSN 2168-6149.

MCANDREW, Francis T. a JEONG, Hye Sun. Who does what on Facebook? Age, sex, and relationship status as predictors of Facebook use. In: *Computers in Human Behavior*. Elsevier, 2012, s. 2359-2365. ISSN 0747-5632.

PATTERSON, Richard W. a PATTERSON, Robert M. Computers and productivity: Evidence from laptop use in the college classroom. In: *Economics of Education Review*. Elsevier, 2017, s. 66-79. ISSN 0272-7757.

PORTER, Constance Elise. A Typology of Virtual Communities: A Multi-Disciplinary Foundation for Future Research. In: *Computer-Mediated Communication*. International Communication Association, 2004. ISSN: 1083-6101

SIGMAN, Aric. Well connected?: The biological implications of 'social networking'. In: *Biologist*. Londýn: Think Publishing Ltd, 2009, s. 14-20. ISSN: 0006-3347

VETÝŠKA, Jiří. Sociální sítě a online komunity. In: *Rozhledy*, Praha: Národní Ústav Odborného Vzdělávání, 2012. Dostupné z: <http://www.nuov.cz/uploads/STU/rozhledy/rozhle0711/Rozhledy07.pdf>

ZHOU, Shuang, YANG, Lihua, LU, Benlin, et al. Association between parents' attitudes and behaviors toward children's visual care and myopia risk in school-aged children. In: *Medicine*. Wolters Kluwer, 2017. ISSN 0025-7974.

Online zdroje:

ALDRIDGE, Olivia. Dystopian days: Are hashtags modern day 'Newspeak?'. *The Red&Black* [online]. 2013. [cit. 14. 4. 2018]. Dostupné z: https://www.redandblack.com/views/dystopian-days-are-hashtags-modern-day-newspeak/article_01ca322c-37a5-11e3-bd2d-0019bb30f31a.html

ANDERSON, Paul. *What is Web 2.0?: Ideas, technologies and implications for education* [online]. JISC Technology & Standards Watch, 2007. [cit. 10. 4. 2018]. Dostupné z: <http://21stcenturywalton.pbworks.com/f/What%20is%20Web%202.0.pdf>

Bulletin board system (BBS). *TechTarget* [online]. 2018. [cit. 7. 3. 2018]. Dostupné z: <http://whatis.techtarget.com/definition/bulletin-board-system-BBS>

Centrum nápovědy. *Facebook* [online]. [cit. 13. 3. 2018]. Dostupné z: https://www.facebook.com/help/?helpref=hc_global_nav

Couple Dies on The Road as Onlookers Make Videos Instead of Helping Them. *India* [online]. 2018. [cit. 16. 4. 2018]. Dostupné z: <http://www.india.com/news/india/up-onlookers-make-videos-as-girl-cries-for-help-with-injured-lover-in-her-lap-shoots-herself-as-no-one-comes-forward-2908157/>

Digital in 2018: World's internet users pass the 4 billion mark. *We Are Social* [online]. Londýn, UK, 2018. [cit. 4. 3. 2018]. Dostupné z: <https://wearesocial.com/uk/blog/2018/01/global-digital-report-2018>

Digitální domorodci? Spousta dětí neumí víc, než klikat a dotýkat se. *OnaDnes.cz* [online]. 2018. [cit. 11. 4. 2018]. Dostupné z: https://ona.idnes.cz/digitalni-dovednosti-gramotsnost-deti-d9f-/deti.aspx?c=A180219_212418_deti_haa

Global social media research summary 2018. *Smart Insights* [online]. Leeds, UK, 2018. [cit. 4. 3. 2018]. Dostupné z: <https://www.smartinsights.com/social-media-marketing/social-media-strategy/new-global-social-media-research/>

Infographic revealing kids' use of social media survey stats. *Internet matters* [online]. [cit. 10. 4. 2018]. Dostupné z: <https://www.internetmatters.org/hub/guidance/infographic-revealing-kids-use-of-social-media-survey-stats/>

KOLAŘÍKOVÁ, Lucie. O facebooku a jiných sociálních sítích. *Lucie Kolaříková: Návraty k sobě* [online]. Praha [cit. 10. 4. 2018]. Dostupné z: <http://luckakolarikova.cz/socialni-site/>

One in three children now have their own tablet computer. *Ofcom* [online]. [cit. 9. 4. 2018]. Dostupné z: <https://www.ofcom.org.uk/about-ofcom/latest/media/media-releases/2014/media-lit-audit-oct2014>

Sdílení fotografií na sociálních sítích: Na co si dát pozor?. *Mediahub* [online]. [cit. 10. 4. 2018]. Dostupné z: <https://mediahub.cz/komentare/984673-sdileni-fotografii-na-socialnich-sitich-na-co-si-dat-pozor>

Skandál kolem Facebooku se zřejmě týká až 87 milionů uživatelů. *Aktuálně.cz* [online]. 2018. [cit. 10. 4. 2018]. Dostupné z: <https://zpravy.aktualne.cz/zahranici/skandal-kolem-facebooku-se-zrejme-tyka-az-87-milionu-uzivate/r~df7aada0383f11e88b47ac1f6b220ee8/>

Social media making millennials less social: Study. *CNBC* [online]. [cit. 9. 4. 2018]. Dostupné z: <https://www.cnbc.com/2015/10/15/social-media-making-millennials-less-social-study.html>

Sociální síť (v sociologii). *ManagementMania.com* [online]. Wilmington, DE. [cit. 20. 2. 2018]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/socialni-sit>

Sociální sítě a jejich vývoj - pohled do historie. *Objevit.cz* [online]. 2013. [cit. 7. 3. 2018]. Dostupné z: <http://objevit.cz/socialni-site-vyvoj-pohled-do-historie-t22280>

Web 2.0: bublina, nebo nový směr webu?. *Lupa.cz* [online]. [cit. 10. 4. 2018]. Dostupné z: <https://www.lupa.cz/clanky/web-2-0-bublina-nebo-novy-smer-webu/>

Web 2.0 x Web 3.0. *Iva* [online]. Zlín: Knihovna Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně [cit. 22. 4. 2018]. Dostupné z: http://iva.k.utb.cz/?page_id=979

YOUNG, Angelo. How social media is dumbing down our communication. *Salon* [online]. 2017. [cit. 14. 4. 2018]. Dostupné z: <https://www.salon.com/2017/07/16/how-social-media-is-dumbing-down-our-communication/>

Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník. *Zákony pro lidi* [online]. [cit. 10. 4. 2018]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89>

Ostatní zdroje:

SPITZER, Manfred. *Kybernemoc!: Rizika a vedlejší účinky digitálních médií*. [přednáška] Hradec Králové: PdF UHK, 21. 3. 2018. Dostupné také z: <https://www.youtube.com/watch?v=Btay1TZD6ow>

Seznam tabulek

Tabulka 1: Porovnání Webu 1.0 a 2.0 (Zdroj: Lupa.cz, online)

Tabulka 2: Rozdělení respondentů podle věku

Seznam grafů

Graf 1: Pohlaví respondentů

Graf 2: Rozdělení respondentů podle pravidelnosti používání sociálních sítí (N=229)

Graf 3: Denní frekvence trávení času na sociálních sítích (N=204)

Graf 4: Rozdělení každodenních uživatelů dle věku a frekvence používání sociálních sítí (N=204)

Graf 5: Vývojová křivka používání sociálních sítí dle věku

Graf 6: Rozdíl mezi chlapci a děvčaty v času stráveném na sociálních sítích (N=229)

Graf 7: Rozdíl mezi chlapci a dívkami v četnosti kontrolování VSS ve společnosti

Graf 8: Používání Facebooku (N=229)

Graf 9: Průměrný počet „přátel“ na Facebooku

Graf 10: Počet kamarádů a zálib podle času stráveného na soc. sítích (N=229)

Graf 11: Čas trávený s kamarády (N=229)

Graf 12: Čas věnovaný zálibám/zájímům (N=229)

Graf 13: Vliv času stráveného na sociálních sítích na čas strávený s kamarády a čas věnovaný zálibám/zájímům

Graf 14: Rozdělení respondentů podle počtu „přátel“ na Facebooku (N=229)

Graf 15: Průměrný počet kamarádů a důvěryhodných lidí v souvislosti s počtem "přátel" na Facebooku

Graf 16: Rozdělení respondentu podle preference osobního nebo neosobního kontaktu (N=205)

Graf 17: Hodnocení vztahů u respondentů preferujících osobní a neosobní kontakt

Graf 18: Cítíš se nejistě nebo nesvůj/nesvá, když nemáš celý den přístup na sociální síť?

Graf 19: Využívání mobilních telefonů nebo tabletů k připojení na sociální síť (N=226)

Seznam příloh

Příloha A: Vzor dotazníku

Příloha B: Tabulka a klíč k vyhodnocení Grafu 5

Příloha C: Tabulky a klíč k vyhodnocení Grafu 13

DOTAZNÍK K BAKALÁŘSKÉ PRÁCI

Téma: Virtuální sociální sítě a jejich vliv na reálné sociální vazby dětí a mladistvých

(Svoji odpověď označ zakřížkováním čtverečku [X])

1. Jsi:

- Chlapec Dívka

2. Kolik je ti let?

3. Používáš sociální sítě?

- Ano Ne

4. Pokud ANO, které sociální sítě používáš? (Pokud NE, přeskoč na otázku 11.)

- Facebook Twitter Instagram Google+ Badoo Youtube
 LinkedIn MySpace Jiné (jaké):

5. Jak často sociální sítě používáš?

- Denně Několikrát za týden Několikrát měsíčně

6. Pokud používáš sociální sítě denně, kolik hodin na nich přibližně trávíš?

- Maximálně hodinu 1-2 hodiny 2-3 hodiny 3-4 hodiny
 Více než 4 hodiny

7. Používáš k připojení na sociální sítě mobilní telefon nebo tablet?

- Ano Ne

8. Kontroluješ dění na sociálních sítích i když jsi právě s kamarády/rodinou?

- Ano; více, než 1x za hodinu Ano; asi 1x za hodinu
 Ano; asi 1x za 2 hodiny Ano; méně, než 1x za 2 hodiny
 Nekontroluji

9. Cítíš se nejistě nebo nesvůj/nesvá, když nemáš celý den přístup na sociální sítě?

- Ano Ne

10. Pokud máš účet na Facebooku, kolik lidí máš v „přátelích“? (Stačí odhad)

11. Jakým zálibám a zájmům se věnuješ ve svém volném čase (mimo sociálních sítí)?

- Sport Hra na hudební nástroj Zpěv Tanec Četba
 Venkovní aktivity Cvičení Kroužky Tvořivá činnost
 Příprava do školy Poslouchání hudby Sledování filmů/seriálů
 Jiné (jaké?):

12. Jak často se svým zálibám a zájmům dohromady věnuješ?

- Denně Několikrát týdně Několikrát měsíčně

13. Pokud se svým zálibám a zájmům věnuješ denně, kolik času jimi přibližně strávíš?

- Méně než hodinu 1-2 hodiny 2-3 hodiny 3-4 hodiny
 Více než 4 hodiny

14. Kolik máš dobrých kamarádů/kamarádek?

15. Jak často trávíš volný čas s kamarády/kamarádkami mimo školu?

Denně Několikrát za týden Několikrát měsíčně

16. Pokud trávíš čas s kamarády/kamarádkami mimo školu denně, kolik přibližně hodin?

Méně než hodinu 1-2 hodiny 2-3 hodiny 3-4 hodiny
 Více než 4 hodiny

17. Kolika osobám ve tvém okolí se můžeš kdykoliv svěřit?

18. Jak se lidem nejčastěji svěřuješ, když...

- a. ...máš problém? Osobně Napíšu jim Zavolám jim S nikým to neřeším
b. ...jsi smutný/á? Osobně Napíšu jim Zavolám jim S nikým to neřeším
c. ...jsi naštvaný/á? Osobně Napíšu jim Zavolám jim S nikým to neřeším
d. ...jsi šťastný/á? Osobně Napíšu jim Zavolám jim S nikým to neřeším
e. ...se ti někdo líbí? Osobně Napíšu jim Zavolám jim S nikým to neřeším

19. Jak nejraději komunikuješ s lidmi?

Tváří v tvář Přes psané zprávy (online, SMS) Volám

20. Ohodnot' své vztahy ve svém reálném, každodenním životě (mimo internet)

(+2 = výborné; +1 = dobré; 0 = neutrální; -1 = nepříliš dobré; -2 = špatné):

- a. S rodiči +2 +1 0 -1 -2
b. Se sourozenci (pokud máš) +2 +1 0 -1 -2
c. S příbuznými +2 +1 0 -1 -2
d. Se spolužáky +2 +1 0 -1 -2
e. S učiteli +2 +1 0 -1 -2
f. S kamarády/kamarádkami +2 +1 0 -1 -2

Příloha B

Věk	12 let	13 let	14 let	15 let	16 let	17 let	18 let
Počet uživatelů	12	36	35	35	51	33	24
NdM = <u>1</u>	0*1	2*1 = 2	0*1	0*1	1*1 = 1	0*1	0*1
NdT = <u>2</u>	1*2 = 2	7*2 = 14	7*2 = 14	1*2 = 2	0*2	2*2 = 4	1*2 = 2
< 1hod/d = <u>3</u>	3*3 = 9	3*3 = 9	2*3 = 6	2*3 = 6	2*3 = 6	2*3 = 6	3*3 = 9
1-2 hod/d = <u>4</u>	2*4 = 8	6*4 = 24	8*4 = 32	8*4 = 32	10*4 = 40	7*4 = 28	3*4 = 12
2-3 hod/d = <u>5</u>	4*5 = 20	5*5 = 25	8*5 = 40	14*5 = 70	11*5 = 55	3*5 = 15	4*5 = 20
3-4 hod/d = <u>6</u>	1*6 = 6	6*6 = 36	4*6 = 24	4*6 = 24	12*6 = 72	10*6 = 60	4*6 = 24
> 4 hod/d = <u>7</u>	1*7 = 7	7*7 = 49	6*7 = 42	6*7 = 42	15*7 = 105	9*7 = 63	9*7 = 63
Hodnota	52/12 = <u>4,3</u>	159/36 = <u>4,4</u>	158/35 = <u>4,5</u>	176/35 = <u>5</u>	279/51 = <u>5,5</u>	176/33 = <u>5,3</u>	130/24 = <u>5,4</u>

Postup pro výpočet hodnot ve vývojové křivce všech uživatelů:

- Ke každému časovému údaji byla přiřazena hodnota 1-7 (vzestupně dle vzestupné frekvence užívání sociálních sítí; 1 = Několikrát do měsíce, 2 = Několikrát do týdne, 3 = Méně než hodinu denně, ..., 7 = Více než 4 hodiny denně);
- k časovým údajům se zapíše počet uživatelů daného věku;
- tento počet se následně vynásobí číslem přiřazeným k časovému údaji;
- vynásobené údaje se ve sloupci sečtou;
- tento součet se vydělí počtem uživatelů v daném věku => vyjde výsledná hodnota, která se zanesou do grafu – tím můžeme určit vzestupnou/sestupnou tendenci ve frekvenci užívání sociálních sítí podle věku uživatelů.

Postup pro výpočet hodnot ve vývojové křivce každodenních uživatelů:

- Přiřazené hodnoty zůstávají stejné, jen se vynechají položky „Několikrát do měsíce“ (NdM) a „Několikrát do týdne“ (NdT).
- Všechny kroky jsou stejné, jen součet vynásobených hodnot se vydělí počtem každodenních uživatelů
- Výsledek:
 - o 12 let = 11 uživatelů; výsledná hodnota = 3,5
 - o 13 let = 27 uživatelů; výsledná hodnota = 4,3
 - o 14 let = 28 uživatelů; výsledná hodnota = 4,1
 - o 15 let = 34 uživatelů; výsledná hodnota = 4,1
 - o 16 let = 50 uživatelů; výsledná hodnota = 4,6
 - o 17 let = 31 uživatelů; výsledná hodnota = 4,5
 - o 18 let = 23 uživatelů; výsledná hodnota = 4,6

Příloha C

Frekvence užívání SS	Ne denně	< 1 hod/d	1-2 hod/d	2-3 hod/d	3-4 hod/d	> 4 hod/d
Počet uživatelů	25	17	45	49	39	54
NdM = <u>1</u>	8*1 = 8	6*1 = 6	8*1 = 8	11*1 = 11	10*1 = 10	10*1 = 10
NdT = <u>2</u>	9*2 = 18	9*2 = 18	28*2 = 56	29*2 = 58	20*2 = 40	26*2 = 52
< 1hod/d = <u>3</u>	2*3 = 6	0*3	0*3	2*3 = 6	0*3	0*3
1-2 hod/d = <u>4</u>	1*4 = 4	1*4 = 4	3*4 = 12	2*4 = 8	1*4 = 4	4*4 = 16
2-3 hod/d = <u>5</u>	4*5 = 20	0*5	1*5 = 5	2*5 = 10	1*5 = 5	6*5 = 30
3-4 hod/d = <u>6</u>	0*6	0*6	0*6	0*6	2*6 = 12	2*6 = 12
> 4 hod/d = <u>7</u>	1*7 = 7	1*7 = 7	5*7 = 35	3*7 = 21	5*7 = 35	6*7 = 42
Hodnota	63/25 = <u>2,5</u>	35/17 = <u>2,1</u>	116/45 = <u>2,6</u>	114/49 = <u>2,3</u>	106/39 = <u>2,7</u>	162/54 = <u>3</u>

Postup pro výpočet hodnot ve vývojové křivce znázorňující trávení času s kamarády podle frekvence používání sociálních sítí:

1. Ke každému časovému údaji byla přiřazena hodnota 1-7 (první sloupec; vzestupně dle vzestupné frekvence trávení času s přáteli; 1 = Několikrát do měsíce, 2 = Několikrát do týdne, 3 = Méně než hodinu denně, ..., 7 = Více než 4 hodiny denně);
2. k časovým údajům se zapíše počet uživatelů podle frekvence, kterou tráví na sociálních sítích;
3. tento počet se následně vynásobí číslem přiřazeným k časovému údaji;
4. vynásobené údaje se ve sloupci sečtou;
5. tento součet se vydělí počtem uživatelů v dané časové kategorii (druhý řádek) => vyjde výsledná hodnota, která se zanesou do grafu – tím můžeme určit vzestupnou/sestupnou tendenci ve frekvenci trávení času s kamarády podle frekvence používání sociálních sítí

Frekvence užívání SS	Ne denně	< 1 hod/d	1-2 hod/d	2-3 hod/d	3-4 hod/d	> 4 hod/d
Počet uživatelů	25	17	45	49	39	54
NdM = <u>1</u>	1*1 = 1	0*1	2*1 = 2	1*1 = 1	0*1	0*1
NdT = <u>2</u>	13*2 = 26	3*2 = 6	11*2 = 22	12*2 = 24	15*2 = 30	22*2 = 44
< 1hod/d = <u>3</u>	0*3	0*3	0*3	0*3	0*3	0*3
1-2 hod/d = <u>4</u>	3*4 = 12	3*4 = 12	6*4 = 24	10*4 = 40	6*4 = 24	6*4 = 24
2-3 hod/d = <u>5</u>	5*5 = 25	5*5 = 25	15*5 = 75	11*5 = 55	8*5 = 40	11*5 = 55
3-4 hod/d = <u>6</u>	0*6	2*6 = 12	8*6 = 48	8*6 = 48	6*6 = 36	9*6 = 54
> 4 hod/d = <u>7</u>	3*7 = 21	4*7 = 28	3*7 = 21	7*7 = 49	4*7 = 28	6*7 = 42
Hodnota	85/25 = <u>3,4</u>	83/17 = <u>4,9</u>	192/45 = <u>4,3</u>	217/49 = <u>4,4</u>	158/39 = <u>4,1</u>	219/54 = <u>4,1</u>

Postup pro výpočet hodnot ve vývojové křivce znázorňující trávení času zálibami podle frekvence používání sociálních sítí:

1. Ke každému časovému údaji byla přiřazena hodnota 1-7 (první sloupec; vzestupně dle vzestupné frekvence trávení času zálibami; 1 = Několikrát do měsíce, 2 = Několikrát do týdne, 3 = Méně než hodinu denně, ..., 7 = Více než 4 hodiny denně);
2. k časovým údajům se zapíše počet uživatelů podle frekvence, kterou tráví na sociálních sítích;
3. tento počet se následně vynásobí číslem přiřazeným k časovému údaji;
4. vynásobené údaje se ve sloupci sečtou;
5. tento součet se vydělí počtem uživatelů v dané časové kategorii (druhý řádek) => vyjde výsledná hodnota, která se zanesou do grafu – tím můžeme určit vzestupnou/sestupnou tendenci ve frekvenci trávení času zálibami podle frekvence používání sociálních sítí